

## Noticias Contemporáneas

---

Amparo Gámez Guardiola  
C.E.I. Ministerio de Fomento, España

### Jornada sobre Técnicas Activas para el Cambio en Psicoterapia

El pasado veintiuno de abril de 2012, se celebró la Jornada organizada por la Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalítica, el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, y el Hospital Universitario Infanta Sofía de Madrid, coordinada por Isabel Valdés,

El objetivo primordial fue el de compartir las recientes investigaciones en neurociencia que aportan nuevas herramientas conceptuales y técnicas para la comprensión de los fenómenos psíquicos y el desarrollo de técnicas terapéuticas acordes con la complejidad de los nuevos conocimientos.

**M<sup>a</sup> Dolores Jiménez Díaz-Benjumea**, psicóloga clínica, psicoanalista y docente universitaria habló sobre *Las formas bipersonales de regulación emocional y su uso terapéutico*, presentando material clínico de un caso que se centra en varios aspectos que promovieron el cambio. Entre otras cuestiones mencionó los dos posibles niveles de intervención en la psicoterapia, el declarativo y el procedimental, lo que podemos hablar y lo que hacemos sin hablar. También trató de la idea de Tolpin acerca de la transferencia de avance que supone la creación de formas de relación nueva si en la patología hay fundamentalmente déficit, así como de la transferencia de retroceso, muy diferente en cuanto a la técnica a emplear ya que supondría asumir el duelo por lo que se debe renunciar.

Basándose en una decisión de tipo intuitivo que tuvo que tomar en un momento del análisis (asistir a una representación de teatro en la que actuaba su paciente) y que le sirvió para darle una idea más amplia y profunda de su paciente, la ponente compartió en el coloquio posterior con los asistentes, la realidad incuestionable de que el analista está siempre en tensión, tomando decisiones. Se habló de la intuición como una forma de pensamiento, donde la mente procesa rápidamente muchos datos que no pasan por la conciencia, pero que dan agilidad al pensamiento y a la capacidad de respuesta. Aunque insistió la ponente en que para que este tipo de intervenciones más intuitivas sean útiles y no iatrogénicas, es necesario un gran conocimiento teórico-clínico previo y un gran manejo de la situación, cuestión presente también en la espontaneidad del terapeuta.

**Mariano de Iceta**, psiquiatra y psicoterapeuta. Jefe de Psiquiatría del Hospital Universitario Infanta Sofía y profesor asociado de psicología de la Universidad Autónoma de Madrid, con su ponencia *Momentos de alta receptividad. Ventajas y riesgos de la técnica activa en Psicoanálisis*. Recordó como la psicoterapia psicodinámica se ha interesado siempre por el afecto, la emoción, las temáticas recurrentes en el análisis, la historia del paciente, la exploración de las fantasías, la relación, y la presencia del pasado en el presente.

Se refirió a Ferenzci como el padre de la técnica activa para pasar a un mecanismo de cambio terapéutico:

---

La correspondencia sobre este artículo debe enviarse a la autora al e-mail: [aguardiola@fomento.es](mailto:aguardiola@fomento.es)

*el acoplamiento experiencial*, término acuñado por el Dr. Bleichmar, en función de las investigaciones en neurociencia sobre la Teoría de la Reconsolidación de la Memoria. La memoria se reconstruye cada vez que se activa, y al reconstruirse cambia porque la información almacenada se vuelve lábil y por lo tanto modificable.

En el acoplamiento experiencial se dan lo que el ponente llama *Momentos de Alta Receptividad* (M.A.R.)

También se refirió al Grupo de Boston para el Cambio terapéutico y algunas de sus técnicas y conceptos como el *Momento Ahora*, que sería una unidad mínima de reflexión que tiene un afecto. En el vínculo terapéutico una ansiedad en el presente, crea una crisis que puede o no ser resuelta. Si es buena la respuesta cambia la relación, es un matiz, puede ser explícito o no. Los MAR forman parte de esos momentos; lo equipara con la medicación intravenosa: es más rápida y eficaz, pero hay que administrarla con mucho cuidado, ya puede ser iatrogénica; se puede decir o hacer algo que haga mucho daño.

¿Cómo identificar esos momentos? Es necesario estar atentos y abiertos ya que hay un cambio en el clima emocional y suele aparecer material nuevo. Hay que tener en cuenta los estímulos potenciales, que puedan desencadenar un estado afectivo: las fotos, las cartas, los olores que son tan evocativos, las lecturas, películas, viajes, reencuentros, contacto con eventos de la vida presente (embarazo del paciente o de la terapeuta) duelos, pérdidas, etc.

¿Cómo aprovechar un MAR? La intuición nos dice que hay material nuevo, pero hay que regularse y preguntarse: ¿puede aguantar el vínculo terapéutico determinado material? Se refirió a algunas de las características del analista como por ejemplo, poder hablar de afectos negativos dentro de un vínculo seguro, su flexibilidad, su capacidad de respuesta óptima y una actitud científica que le trasmite al paciente que puede convertirse en un sujeto de acción y eficacia.

Cita a J. Shedler (artículo del que existe una reseña en el número 37 de la revista on line Aperturas Psicoanalíticas) al que recomienda seguir porque tiene mucho interés. Este autor dice que la psicoterapia psicodinámica es más eficaz que otras ramas de la psicoterapia, entre otras cosas porque algunos conceptos y técnicas de ésta se han introducido en otras formas de psicoterapia, como la cognitivo conductual.

Habló también de las nuevas exigencias de los encuadres que son posibles en la vida actual, como por ejemplo las sesiones que cubren los seguros médicos y cómo esto repercute en la necesidad de afinar en los objetivos de la psicoterapia.

**José Antonio Méndez Ruíz**, psiquiatra, psicoanalista y profesor de la de la Universidad Pontificia de Comillas, presentó la ponencia: *Trabajo sobre las secuencias emocionales en psicoterapia*. Planteó la idea de una reconstrucción de la biografía vincular-emocional del paciente que tenga sentido para él y le ayude a ajustarse a una imagen integrada de sí mismo para el presente y el futuro. Una explicación que tranquiliza, es poner orden en el caos.

Pero cuando la explicación no funciona, porque es insuficiente, y persiste la emoción (ira, rabia, frustración, miedo a la pérdida, temor al descontrol, etc.) hay cosas que ayudan a contactar con los sentimientos alrededor de la emoción que no puede controlarse. Es una técnica de reconstrucción emocional que consiste en ir hallando los factores comunes de las situaciones en las que se produce la emoción. Vivenciar los sentimientos alrededor de una situación crítica. Presenta dos viñetas que ilustran esa idea de la reconstrucción emocional.

Se le pide al paciente que elija una situación conflictiva habitual para él, que se aproxime a ella de modo vivencial. Aunque ya es pasado, debe tratar de reconstruirla y contarla en primera persona y en tiempo presente, el terapeuta va registrando las secuencias y lo comparte con el paciente o se lo da al paciente para que él lo rellene, lo amplíe y verlo más adelante o en la misma sesión.

A veces es necesario incitar un *Momento de Alta Receptividad*. Se pueden usar otras técnicas añadidas, como las autorevelaciones (terapeuta en situaciones parecidas, sentimientos que despierta en el terapeuta, etc.) que muestra como enfrentar las situaciones de otra manera, teniendo en cuenta siempre el riesgo de esta técnica. También el uso de diarios y fotografías.

La idea central es que los contenidos, en una tercera etapa, tienen ya otro significado y otra emoción.

**Hugo Bleichmar Berman**, psiquiatra y psicoanalista. Presidente de la Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalista. Director del curso de Postgrado de Psicoterapia Psicoanalítica de la Universidad Pontificia de Comillas, presentó una ponencia titulada: *Cómo se fue desarrollando el Enfoque Modular-Transformacional. Una biografía intelectual*. Argumenta la idea de la continuidad biográfica e intelectual disertando sobre la impronta de algunos aspectos de su biografía familiar sobre la forma de abordar la ciencia a la que se dedica. Sobre los autores que más han influido en su trayectoria dijo estas lúcidas palabras: “*si uno no se enamora de las ideas de un autor, no lo incorpora. Hay un algo de la emoción del entusiasmo intelectual compartido, lo apasionante intelectualmente toma una cualidad estética*”.

Pasó por las ideas de Freud, M. Klein y Lacan, se detuvo en la gran influencia de Chomsky con su idea de lo modular. Habla de los diagramas de la bioquímica que tanto le fascinaron en su juventud y los compara con los diferentes diagramas que ha presentado sobre el funcionamiento psíquico, tomando como ejemplo el desarrollo de los diferentes caminos que llevan a la depresión.

Con respecto al tema central de las Jornadas resalta sus estudios del 2001 sobre la *reconsolidación de la memoria* y su aplicación a la psicoterapia, desarrollando un nuevo concepto, el de “*acoplamiento de experiencias*” que se ha mostrado eficaz en la técnica psicoterapéutica y que se ha visto corroborado por las posteriores investigaciones del equipo de neurociencia de la New York University y cuyos resultados han sido publicados recientemente en la revista *Nature*. Así mismo reflejó la gran importancia de las aportaciones para la comprensión de los fenómenos psíquicos que representa el Enfoque Modular Transformacional, que incorpora distintos campos del conocimiento y que representa una visión moderna del psicoanálisis.

**María Martín**, psiquiatra del Hospital Universitario Infanta Sofía, con su ponencia: *El cine como herramienta terapéutica en un Hospital de Día* nos habló de la utilización del cine como técnica con un grupo de pacientes de ingreso hospitalario con diferentes patologías de una media de estancia de un año. Las películas se elijen para que contengan personajes complejos, alejados de estereotipos. Evita aquellas con contenido demasiado evidente y manifiesto, que transcurran en psiquiátricos o que muestren con extrema desnudez una cuestión que pueda estar dándose en el grupo. También que no sean demasiado demoledoras. Las películas elegidas tienen que facilitar identificaciones y proyecciones sobre los personajes.

Habla de las neuronas espejo que permiten esas identificaciones. En determinados pacientes esas identificaciones pueden ser muy fuertes, y provocan catarsis emocionales (llorar en el cine). Favorecen la mentalización, la integración de partes que propicia la reflexión sobre los estados mentales propios y ajenos. Ayuda en los procesos de regulación y control.

Presenta unos cortes de video de un grupo después de una proyección, que muestra estas identificaciones con los personajes en función de la historia de los pacientes que intervienen.

En el turno de preguntas a los ponentes, se plantearon cuestiones muy interesantes sobre las técnicas de investigación en neurociencia y su puesta en práctica en la psicoterapia. Mariano de Iceta recuerda que se pueden aplicar siempre que se establezca un vínculo terapéutico sostenido y bueno.

Se discutió sobre la espontaneidad y sus semejanzas y diferencias con la intuición. Para finalizar, el Dr. Bleichmar remarcó la idea de moverse en una interface para no quedar atrapado en ningún tipo de reduccionismo que propicie técnicas aisladas.