LA COMPRENSION Y EL MANEJO DE LA RESISTENCIA EN EL PSICOANALISIS HUMANISTA

Psic. Alfonso Zamora R.

A lo largo de la obra de Freud encontramos referencias al concepto de resistencia; desde el momento en que decide iniciar el uso de una técnica diferente a la hipnosis, por no permitir ésta, cambios más permanentes en el comportamiento de los individuos. Así, inicia con la asociación libre, convirtiéndola en la regla fundamental: El paciente debe decir todo aquello que pase por su mente, independientemente de que le parezca vergonzoso, doloroso o trivial. Infringir esta regla fundamental en cualquier forma es la muestra, para Freud, de que algo en el inconsciente del sujeto se resiste a aflorar. Es decir, la resistencia es el obstáculo que impide el esclarecimiento de los síntomas y la progresión del tratamiento hacia la consecución de la cura.

Inicialmente, Freud, trata de combatir la resistencia a través de una fuerza en sentido opuesto: la insistencia y la persuación. Sin embargo, pronto se dio cuenta de que tal intento era en vano, en cambio descubrió que el análisis de la resistencia era un medio de acceso a lo reprimido, al secreto de la neurosis. Bajo ésta nueva perspectiva, observó que una tarea primordial del psicoanálisis es valorar en su justo peso la resistencia del paciente, ya que no basta

comunicarle el sentido de sus síntomas para liberarlo de la represión.

Freud destacó dos aspectos para explicar esta resistencia:

1.- La resistencia es una función defensiva.

2.- La intensidad de la resistencia está en proporción directa a la intensidad del displacer que genera el elemento reprimido.

Durante una época y casi hasta el final de su práctica analítica Freud considera que la resistencia está enclavada en el proceso defensivo y concluye que las experiencias reprimidas no se oponen a llegar a la consciencia, sino que por el contrario buscan emerger. Incluso llega a plantear que la resistencia a la cura es consecuencia de las defensas que en otro tiempo se dirigieron hacia peligros y amenazas sufridas, y que se activan durante el tratamiento porque llega a percibirse dicha cura como una amenaza que pone en peligro la estabilidad emocional.

Posteriormente su opinión empieza a cambiar y encuentra que hay resistencias que no pueden ser atribuidas a alteraciones de las funciones del yo.

En 1926, cuando escribe "Inhibición, síntoma y angustia", Freud distingue cinco formas de resistencia; de las cuales tres atribuye al yo. De esta manera Freud afirma que estas resistencias son:

1.- Represión.

2.- Resistencia de transferencia.

Propriety of the Erich Fromm Document Center. For personal use only. Citation or publication of material prohibited without express written permission of the copyright holder.
Eigentum des Erich Fromm Dokumentationszentrums. Nutzung nur für persönliche Zwecke. Veröffentlichungen – auch von Teilen – bedürfen der schriftlichen Erlaubnis des Rechteinhabers.

Zamora, A., 1990: Instituto Mexicano de Psicoanalisis (Ed.), Memorias. Primer Congreso Nacional de Psicoanalisis Humanista 23-25 de Marzo de 1990, Mexico (Typoscript) 1990, pp. 246-255.

3.- Resistencia por ganancias secundarias a causa de la sintomatología.

Las otras dos corresponden al ello (que es la compulsión a la repetición) y al super yo, (que deriva del sentimiento de culpa y la búsqueda de castigo).

Con lo anterior, podemos ver que Freud definió cómo se ejerce la resistencia, sin embargo, la pregunta: ¿Qué resiste?, sigue siendo para él problemático y queda sin respuesta. Más allá del yo que se aferra a su contracatexis es preciso reconocer, como obstáculo último, la labor analítica, una resistencia radical, acerca de cuya naturaleza las hipótesis freudianas variaron, pero que de todos modos es irreductible a las operaciones defensivas.

Ahora bien, si el mismo Freud no llegó a establecer una diferenciación tajante entre resistencia y defensa, debemos ver cuál es la relación entre ambos elementos, o si la primera está contenida en la segunda.

Freud considera que la defensa se dirige a romper la relación entre afectos displacenteros al yo y su representación (recuerdos, experiencias, fantasías, etc.); así, aunque exista el recuerdo consciente se evita el dolor.

En términos generales, ésta sería la forma de concebir la resistencia; como un proceso antagónico al psicoanálisis a través del cual se impide el cambio. Sin embargo, el mismo Freud y sus seguidores se limitan a describir el uso de los mecanismos de defensa como el medio para resistirse, considerando que ésta tiene un origen diferente a los

Propriety of the Erich Fromm Document Center. For personal use only. Citation or publication of material prohibited without express written permission of the copyright holder.
Eigentum des Erich Fromm Dokumentationszentrums. Nutzung nur für persönliche Zwecke. Veröffentlichungen – auch von Teilen – bedürfen der schriftlichen Erlaubnis des Rechteinhabers.

mecanismos defensivos del yo, sin precisar cuál es dicho origen.

Si por una parte sabemos que el inconsciente pugna por hacerse consciente habrá que definir otros hechos:

1.- Que la resistencia está en el umbral entre lo consciente y lo inconsciente.

2.- La resistencia implica la necesidad de mantener un estado en el cual hay estabilidad emocional.

3.- La apreciación de la resistencia en el tratamiento permite ver de manera inequívoca cómo el sujeto responde al análisis con pautas defensivas, establecidas con anterioridad, frente a otros hechos que amenacen su integridad emocional.

De tal forma podríamos entonces considerar la resistencia como la acción de mecanismos defensivos orientados a la supervivencia del sujeto.

Podemos entender más claramente por qué Freud desecha la idea de la resistencia únicamente como obstáculo a la labor ananlítica y cómo por el contrario, la llega a considerar como una de las fuerzas aliadas para descubrir el contenido inconsciente, junto con la asociación libre, el análisis de la transferencia y la interpretación de los sueños.

A pesar de este giro en su teoría, generalmente se hace el planteamiento y se tiene la idea de la resistencia como la acción deliberada del paciente para obstaculizar la labor analítica, tal como la expresa Greenson (1967): "el paciente

Zamora, A., 1990: Instituto Mexicano de Psicoanalisis (Ed.), Memorias. Primer Congreso Nacional de Psicoanalisis Humanista 23-25 de Marzo de 1990, Mexico (Typoscript) 1990, pp. 246-255.

tal vez complique nuestra tarea tratando de encubrir el hecho de que está rehuyendo de algo". En este sentido se adopta una doble posición:

1.- Es el terapeuta el único responsable del éxito del tratamiento.

2.- Es el paciente el único responsable del fracaso del mismo.

Además, se caería en una situación de guerra entre paciente y terapeuta, donde el primero puede ver el terapeuta como quien lo va a desenmascarar y poner en evidencia, o bien, que lo va a controlar o agredir con lo que sabe acerca de él (como muchas veces se llega a manifestar en el tratamiento). Por parte del analista ve al paciente como quien viene a medir su capacidad, su integridad y lo pone a prueba constantemente, con lo cual en muchas ocasiones se minimizan o niegan apreciaciones o reclamaciones objetivas del paciente.

Con lo anterior, y tomando una idea expuesta por el Dr. Fromm en unas conferencias impartidas en 1968 y que fueron transcritas aunque inéditas, señala que "la resistencia es un fenómeno necesario, pero aquellos casos en que la resistencia llena todo el trabajo analítico e impide éste, es en cierto grado la culpa del analista (aunque no siempre)".

Retomando nuestro análisis, si consideramos a la resistencia más bien como una repetición de mecanismos defensivos para amoldarse a un medio familiar y social que

Propriety of the Erich Fromm Document Center. For personal use only. Citation or publication of material prohibited without express written permission of the copyright holder.
Eigentum des Erich Fromm Dokumentationszentrums. Nutzung nur für persönliche Zwecke. Veröffentlichungen – auch von Teilen – bedürfen der schriftlichen Erlaubnis des Rechteinhabers.

exige su adaptación y que el sujeto adopta a fin de salvaguardar su integridad emocional y/o física, podremos verlo en primera instancia como alguien que se ha negado a sí mismo otras alternativas, y como consecuencia, lo hace frente al terapeuta como una respuesta aprendida. Es decir, aunque con estos mecanismos defensivos no permite que el analista lo conozca, el motivo central, en última instancia es, no conocerse a sí mismo, es seguir viviendo en el anonimato, en la obscuridad. Como plantea Fromm, "Es función del analista ayudar al paciente a manejar sus resistencia de manera que ésta no se vuelva un monstruo, un gigante", con lo que el paciente se amedrenta y empequeñece al agrandar el obstáculo.

¿Cómo lo enfoca Fromm y que alternativas técnicas propone para manejar la resistencia en el análisis?

De las conferencias anteriormente citadas transcribo algunos fragmentos a continuación: "Yo pensaría que hay algunas actitudes que son importantes, primero, falta de miedo, segundo firmeza; tercero, amistad, cordialidad; pero todo esto tomando en un sentido muy profundo". Y agrega: "si el analista está aquí y el paciente del otro lado del muro, y el analista contesta, ¡ah! otra expresión de su resistencia, mire ud., puede verla, ud. me ataca, ud. no viene puntual, etc., el paciente se siente atacado, se siente arrinconado, etc. Si el analista tiene firmeza, amabilidad, falta de miedo y tiene penetración, él habla con el paciente de una manera mucho más flexible, mucho más

Zamora, A., 1990: Instituto Mexicano de Psicoanalisis (Ed.), Memorias. Primer Congreso Nacional de Psicoanalisis Humanista 23-25 de Marzo de 1990, Mexico (Typoscript) 1990, pp. 246-255.

directa, con humor, con una broma, no tomando la resistencia tan en serio; muchas veces el paciente tiene miedo de su propia resistencia...". Al cuestionar Fromm ¿Cómo dice su interpretación el terapeuta? señala... "si el analista lo dice de una manera muy ligera, muy natural, ni exagerada, ni de miedo, el paciente tiene la visión de que todas estas cosas son humanas y esta visión ya transformada disminuye la resistencia considerablemente".

Con estos elementos podemos entender la forma de plantear el problema de la resistencia y la manera en que Fromm lo aborda; si bien considera la resistencia como parte esencial del psicoanálisis y un factor a través del cual podremos acceder al inconsciente, lo desmitifica y en otro aspecto arranca una carga moralista, poniendo a analista y analizado en una relación de igualdad en tanto seres humanos.

Si consideramos como objetivos terapéuticos al hecho de hacer consciente lo inconsciente, que el paciente pueda conocer y reconocer defectos y cualidades, la forma en que ha evitado crecer y madurar, entre otros; debemos entonces suponer que el terapeuta debe ser capaz de aceptar al paciente como es, aun cuando no corresponda con sus valores o ideas, para poderlo ayudar a conseguir tales objetivos.

¿Cómo puede el terapeuta obstaculizar el tratamiento y provocar o fomentar la resistencia del paciente?

1.- El analista puede convertirse en un censor de los actos del paciente, de manera que lo agreda cada vez que su

Propriety of the Erich Fromm Document Center. For personal use only. Citation or publication of material prohibited without express written permission of the copyright holder.
Eigentum des Erich Fromm Dokumentationszentrums. Nutzung nur für persönliche Zwecke. Veröffentlichungen – auch von Teilen – bedürfen der schriftlichen Erlaubnis des Rechteinhabers.

comportamiento no muestre un cambio orientado a las expectativas del terapeuta, o sino hay cambio alguno.

2.- El analista se convierte en una autoridad irracional e impositiva ante la que el paciente se somete; y por lo tanto éste último en vez de superar su temor, de sentir seguridad en sí mismo, sólo se siente más incapaz de enfrentar adecuadamente su situación, buscando depender de una figura fuerte y dominante que sería el propio analista.

Un aspecto más sería el que se relaciona con la pérdida de la esperanza; el cual sería uno de los factores más importantes para que un paciente se resista, teniendo dicha resistencia tres posibilidades, de acuerdo a lo planteado por Fromm en la Revolución de la Esperanza (1968):

1.- "La reacción ante el malogro de la esperanza es ajustarse al optimismo medio en el cual el paciente espera lo mejor sin detenerse a valorar que las cosas salgan mal". Aprende a limitar sus aspiraciones a lo que han podido obtener, sin pensar siquiera en algo más o mejor de lo alcanzado hasta entonces. Estos pacientes no exigirán del analista, al contrario lo justificarán en sus desaciertos para no ser confrontados con su asfixiante comodidad. Se establece entonces en el tratamiento un pacto "de caballeros", el analista no confronta al paciente y este tampoco exige o cuestiona al terapeuta.

2.- Otra forma de responder frente a la destrucción de la esperanza, señala Fromm: "Sabemos de muchos individuos -desde delincuentes juveniles hasta adultos 'curtidos'

Zamora, A., 1990: Instituto Mexicano de Psicoanalisis (Ed.), Memorias. Primer Congreso Nacional de Psicoanalisis Humanista 23-25 de Marzo de 1990, Mexico (Typoscript) 1990, pp. 246-255.

ajenos al crimen- que en un momento de sus vidas, sea a los cinco años, a los doce o a los veinte, no pueden tolerar que les hagan más daño. Algunos de ellos deciden, como en una visión o conversión repentina, que ya han tenido bastante, que no sentirán nada nunca más, que nadie podrá ya lastimarlos, pero que ellos si harán daño a otros... Su triunfo en la vida es no necesitar de nadie, se enorgullecen de su intocabilidad. La mayoría de ellos pasan su existencia congelados afectivamente, siendo por lo tanto infelices, hasta que sus vidas se acaban. Más no es raro que ocurra un milagro y de principio el descongelamiento, simplemente puede ser que encuentren a una persona en cuya preocupación e interés ellos crean y se abran nuevas dimensiones sentimentales. Si tienen suerte se descongelarán totalmente y las semillas de la esperanza, que parecían haber sido destruidas, cobrarán vida una vez más".

Esta persona puede ser el analista, quien brinde la posibilidad de tal descongelamiento o quien le acabe confirmando que no hay persona alguna en la cual pueda confiar.

3.- La respuesta más severa frente a la esperanza destrozada, es la destructividad y la violencia. La cual podemos observar en los pacientes dirigida contra los demás, en manifestaciones desproporcionadas y brutales; o bien contra de sí mismo, llegando al suicidio. Ya que como señala Fromm: "No desea sino vengarse a causa de la vida que no ha vivido, de tal modo que poco importa si destruye a los demás

Propriety of the Erich Fromm Document Center. For personal use only. Citation or publication of material prohibited without express written permission of the copyright holder.
Eigentum des Erich Fromm Dokumentationszentrums. Nutzung nur für persönliche Zwecke. Veröffentlichungen – auch von Teilen – bedürfen der schriftlichen Erlaubnis des Rechteinhabers.

o lo destruyen a él", la destructividad es la alternativa ante la esperanza.

Finalmente, concluiría que mientras para Freud, los motivos de la resistencia están orientados a evitar que el terapeuta conozca los aspectos sexuales reprimidos; en el caso del psicoanálisis humanista, se dirige a evitar la toma de consciencia de aspectos angustiantes como el miedo a la vida, a la muerte, a la soledad, al fastidio, a la desesperanza e incluso a lo sexual sin ser éste exclusivo.

Zamora, A., 1990: Instituto Mexicano de Psicoanalisis (Ed.), Memorias. Primer Congreso Nacional de Psicoanalisis Humanista 23-25 de Marzo de 1990, Mexico (Typoscript) 1990, pp. 246-255.