

## TECNICA PSICOANALITICA IV

# “LAS RESISTENCIAS: CONCEPTOS GENERALES”

A. SANCHEZ-BARRANCO RUIZ

Ciudad Sanitaria “Virgen del Rocío”. Sevilla.  
UNED.

El concepto de resistencia es esencial en la teoría y la técnica psicoanalítica. En este artículo nos planteamos su delimitación conceptual y su dinámica de funcionamiento, teniendo en cuenta sus fuentes, los puntos de fijación, los mecanismos de defensa implícitos, etcétera, todo ello bajo el marco ortodoxo.

### INTRODUCCIÓN.

El proceso técnico para lograr que lo inconsciente se haga consciente, y facilitar así el dominio del yo donde antes lo tenía el ello, fué sufriendo modificaciones en el curso de la historia analítica, hasta que finalmente se afianzó el siguiente principio: antes de analizar (y concretamente interpretar) los contenidos reprimidos más conflictivos, han de liquidarse sus correspondientes resistencias.

El aumento de los conocimientos teóricos y de la experiencia llevaron a tal aserto, pues se hizo evidente que las interpretaciones del material profundo que no habían sido precedidas de la disolución de las oportunas resistencias, provocaban habitualmente una reactivación de los efectos displacenteros ligados a los conflictos (angustia, tristeza, temor, humillación, vergüenza, etcétera); ello traía consigo una intensificación de las defensas (y paralelamente de las resistencias), imposibilitándose aún más la recuperación de los recuerdos, los “insights”.

En otras ocasiones sólo era posible conseguir que los contenidos reprimidos accedieran a la consciencia en forma “aislada” (es decir, sin su correspondiente carga afectiva), lo que se traducía en una captación cognitiva fría y racionalizada, esto es, en algo completamente ajeno al genuino “insight”. Las cosas tenían que ser así, puesto que la resistencia

toma su energía del afecto que primitivamente cedió a la representación prohibida; y en tanto no sea movilizado tal afecto, hasta volver a cargar la representación patógena, ésta solo tendrá una actuación “aislada” en la consciencia.

El asunto de las resistencias hubo de tornarse, pues, un paso esencial en la técnica y el intento sistemático de ablandarlas y liquidarlas es algo genuino del enfoque psicoanalítico ortodoxo, sin que en ningún caso se eche mano de sugestiones, persuasiones, técnicas hipnóticas, dramatizaciones, drogas o cualquier acción directiva. Otras corrientes analíticas, especialmente las intensivas y breves, han abierto otros caminos, haciendo que el terapeuta tome un papel mucho más activo que en la técnica clásica, lo que ha traído resultados exitosos en más corto período de tiempo.

### CONCEPTO DE RESISTENCIA.

Resistencia significa oposición. En el contexto psicoanalítico una resistencia es, en efecto, el conjunto de fuerzas que de alguna manera se oponen al objetivo central del análisis: romper la represión y recuperar los contenidos inconscientes. Las resistencias actúan dificultando los procesos que se ponen en marcha en el curso del análisis (“insights”, traslabores, etcétera), así como los procedimientos utilizados (como la asociación libre). Tales fuerzas se expresan por medios diversos, como la imposibilidad de asociar libremente, el ocultamiento del material, la acentuación de los síntomas, los “actings”, los fenómenos de transferencia y la utilización de los más diversos rasgos caracteriales. En todo este proceder participan los conflictos reprimidos y los peculiares matices del aparato psíquico (naturaleza de las pul-

siones elloicas, la compulsión repetitiva, la viscosidad de los intintos, los tipos de defensas que se poseen, el beneficio secundario de la enfermedad, las características del superyó y otros).

Las resistencias se ponen en marcha en tanto hay alguna situación que posibilita la emergencia de lo inconsciente, especialmente cuando se trata de algo conflictivo. Consiguientemente, el análisis no crea las resistencias, sino que es el contexto en dónde con más facilidad se hacen presentes.

En un sentido más amplio que el mencionado, también pueden considerarse resistencias las dificultades y frenos que se oponen al análisis desde la persona del terapeuta ("contrarresistencias"), así como los torpedeos originados en el entorno familiar y social del analizado. No son resistencias, sin embargo, aquellos sucesos que, aún yendo en contra de un análisis, son ajenos a los deseos conscientes e inconscientes de los participantes: este es el caso del fallecimiento de un familiar o cualquier otro evento que frene o imposibilite el curso normal del análisis (aunque es bien cierto que pueden ser aprovechados inconscientemente por el sujeto para estructurar una auténtica resistencia con posterioridad).

Las resistencias están presentes en todos los casos, desde el principio al fin del análisis, retornando una y otra vez tras su aparente liquidación, precisamente hasta el instante en que el yo del analizado deja de necesitar el pseudoequilibrio neurótico mantenido por su aparato psíquico.

### **RESISTENCIA, REGRESION Y FIJACION.**

La regresión es un concepto descriptivo que no sólo se refiere a la reedición de posiciones, fases o eventos biográficos del pasado, sino que incluye también la reactualización de funcionamientos psíquicos primitivos o ya superados, como es el caso de la substi-

tución del proceso secundario por el primario (tal como acaece, por ejemplo, en los sueños).

La fijación, por otro lado, es el apegamiento a estilos de conductas o a puntos biográficos diversos, suponiendo generalmente elementos propios de la infancia. Participan en la fijación condicionantes constitucionales, pero sobre todo los conflictos de desarrollo o cualquier otro que hayan conducido a un exceso de frustración o gratificación, con el consiguiente estancamiento pulsional y la paralelas esperanzas de resolución.

La regresión y la fijación constituyen una serie complementaria, puesto que el sujeto regresa, cuando está en una situación de tensión especial, precisamente a sus peculiares puntos o estilos de fijación. De esta manera la regresión se pone al servicio de la defensa y de la resistencia.

El análisis provoca, y necesita, de un cierto grado de regresión, pues sin esto es imposible el reencuentro con los conflictos de la infancia. Pero ya hemos dicho que tal regresión actúa como defensas-resistencia, lo que a veces es de tal índole que contraindica el psicoanálisis: en efecto, sólo son candidatos idóneos las personas capaces de regresiones parciales y selectivas, con facilidad para recorrer los caminos de ida y de vuelta y sin que el yo racional se implique de una manera excesiva. De un psicoanálisis deben excluirse los sujetos que hayan dado prueba de haber tenido regresiones masivas e incontroladas, o bien que se les evalúe como muy predispuestos a ello, sobre todo si además tienen hondos puntos de fijación pregenital.

### **RESISTENCIA Y DEFENSA.**

El concepto de resistencia incluye, como hemos podido ir viendo, no sólo la acción de las llamadas defensas yoicas, sino también otras características y

propiedades del aparato psíquico y de la situación del paciente: así, recuérdese que mencionamos las manifestaciones de la compulsión repetitiva, la viscosidad de las pulsiones, la naturaleza de éstas (calidad y cantidad de la pulsión erótica y de la pulsión agresiva), el beneficio secundario que supone el trastorno, la tendencia existente a los "actings", los tipos de defensa que el sujeto puede poner en marcha, las características del superyó (necesidad de castigo, sentimientos de culpabilidad) y habría que añadir ahora el tipo de regresiones que se movilizan y las características funcionales del yo (captación de la realidad, manejo del pensamiento, aptitud para soportar las frustraciones y otras), así como las resistencias de transferencia.

Resistencia, pues, no es sinónimo de defensa y más concretamente de "mecanismo de defensa", aunque el mismo FREUD emplease en muchas ocasiones ambos términos indistintamente. Ahora bien, en la práctica (y de aquí las confusiones) sólo suelen ser susceptibles de analizarse con provecho las resistencias que pasan, o se pueden hacer pasar por el yo, lo que de alguna forma las transforma en procesos de índole defensiva.

### CLASIFICACIÓN DE LAS RESISTENCIAS.

Siguiendo a S. FREUD, R.R. GREENSON y otros, las resistencias podemos agruparlas en las siguientes categorías:

#### 1) Según las fuentes de dónde inicialmente proceden.

En "Inhibición, síntoma y angustia", S. FREUD distinguió cinco tipos de resistencias, encuadrables en tres fuentes (yo, ello y superyó): a) la resistencia de represión, que hace referencia a las clásicas defensas yoicas; b) la resistencia de transferencia, también originada en el yo, y que constituye un grupo de especial importancia práctica; c) el beneficio secundario de la enfermedad, de origen yoico igualmente; d) la compulsión a la repetición y la viscosidad de la libido, cuyas fuentes estarían en el ello; y, e) la culpabilidad inconsciente y la necesidad de castigo, procedentes del superyó.

#### 2) Según los puntos de fijación.

Este criterio permite clasificar las resistencias según la fase evolutiva en donde el conflicto se estableció: hablaremos, así, de resistencias orales, anales, fállicas, propias de la latencia o específicas de la adolescencia.

Los elementos que permiten ubicar la resistencia en uno u otro punto de fijación, son: el tipo de pulsión participante, los matices implicados de la relación objetal, los rasgos de carácter que están presentes, el tipo de angustia subyacente (paranoide, depresiva, de vaciamiento, de castración y de abandono) y el cortejo sintomático acompañante (idea paranoide, sentimientos depresivos, obsesiones, fobias, sintomas conversivos, etc.).

En todo caso ha de subrayarse que si bien hay cierta tipicidad en las resistencias que un individuo presenta, hay variaciones de las mismas en el curso de un análisis, en función de las regresiones y progresiones que el mismo conlleva.

#### 3) Según los mecanismos de defensa empleados.

Otro enfoque clasificatorio viene dado por la consideración de los mecanismos de defensa implicados en la resistencia: represión, formación reactiva, desplazamiento, aislamiento, anulación, negación, conversión, racionalización, introyección y derivados, proyección, etcétera.

La acción de estas defensas pueden expresarse directamente en un comportamiento o formar parte de rasgos del carácter o de síntomas, todo lo cuál se pone al servicio de la resistencia de una u otra manera.

#### 4) Según la categoría diagnóstica.

La experiencia clínica enseña que ciertas categorías diagnósticas conllevan determinados estilos resistentes, en función de los conflictos implicados y de las defensas puestas en juego. Así, a título de sencillos ejemplos y sin ánimo de ser exhaustivos, podemos decir que la neurosis histérica es portadora de represión, conversión, formaciones reactivas más o menos aisladas, regresión a características orales y

fálicas, identificaciones con objetos de amor perdidos y productores de culpabilidad. Los neuróticos obsesivos manifiestan abundantes aislamientos, anulaciones y formaciones reactivas masivas, así como proyecciones, intelectualizaciones, interiorizaciones, regresión anal, presencia de pensamiento caviloso y mágico, superyó sádico y hostilidad encubierta por una aparente pasividad y docilidad. Los neuróticos depresivos muestran muchas introyecciones, identificaciones, insistentes "actings", defensas pantalla (recuerdos o afectos que taponan la emergencia de contenidos más hondos y conflictivos), regresión oral o fálica, contrafobias, masoquismo y adictividad.

### 5) Según el modo de expresión.

Una última categoría que nos parece útil aportar es la que hace referencia al modo de expresarse las resistencias, es decir, a los modos de comportamientos que dificultan la práctica de un análisis. En tal sentido, podemos hablar de las resistencias caracterológicas, los "actings", las resistencias transferenciales y las diversas conductas que frenan las asociaciones o cualquier otra actividad verbal o no verbal, con lo que se imposibilita la recuperación de los recuerdos y los "insights".

En tal sentido puede ser práctico revisar algunas manifestaciones resistenciales sencillas, tal como pueden observarse en los análisis habituales.

— En el contenido verbal que utiliza el sujeto pueden expresarse con claridad algunas de sus resistencias, tanto en el material que transmite (fijación a un tema o a un período cronológico, terminología que emplea, etc.), como en lo que evita (rodeos, ocultamientos, "secretos", etc.). El uso de ciertas fórmulas o estilos (rigidez, estereotipia, uso de tecnicismos, intentos de utilizar guiones, etc.) contiene pistas de indudable interés.

En este apartado hay que hacer resaltar el siguiente principio: toda verbalización analítica que prolongadamente no conduzca, directa o indirectamente, a nuevos recuerdos o a "insights", ha de enfocarse como una faceta de la resistencia.

— Respecto a los componentes no verbales, REICH fue de los primeros en insistir en que la forma de decir las cosas debe poner alerta respecto al funcionamiento de las resistencias: la mímica, la gesticulación, el tono de voz, las miradas, los movimientos automáticos, etcétera, colorean de una u otra manera el discurso verbal, dando matices resistenciales evidentes.

— El silencio, o bien la manifestación de que no acude nada a la mente, es una de las maneras más transparentes de resistirse al análisis. Suele significar que el sujeto no está dispuesto, consciente o inconscientemente, a comunicar a su analista los pensamientos, afectos, deseos o fantasías que posee. En algunas ocasiones el silencio es un problema mucho más complejo, pues implica actitudes transferenciales hondas, que exigen un delicado manejo.

— Otra típica manifestación de la resistencia es la expresión de ciertos afectos: en general, la impro-

piedad del afecto en relación con lo que se transmite ha de interpretarse como resistencia, así como la irrupción de estados emotivos intensos (aunque sean aporpiados).

— Comportamientos aparentemente banales también dan luz sobre las resistencias: puntualidad, confusión de día u hora de la sesión, lapsus verbales u otros actos fallidos (equivocación del nombre del terapeuta, olvido de honorarios, etc.).

— La estructura caracterial, creada para la adaptación, también se pone siempre al servicio de la resistencia, llegando a veces a constituir una auténtica "coraza" que imposibilita la penetración analítica.

La necesidad de tomar las resistencias caracterológicas como algo fundamental es aceptado desde las aportaciones de W. REICH, aunque muchos no admiten que el primer paso haya de ser el análisis caracterial, para proseguir luego con el análisis propiamente dicho. Todo el conjunto de resistencias, caracteriales o no, se van trabajando al unisono, según convenga para el progreso de la terapia.

— Finalmente citar el área de las resistencias transferenciales (en su momento nos dedicaremos ampliamente a su estudio). Baste decir aquí que estas resistencias llegan a constituir el campo de batalla analítico de mayor importancia, pues tras ellas se desenvuelven los conflictos más nucleares del analizado.

El asunto aún se hace más delicado por el hecho de que las contrarresistencias que emanan del analista, toman aquí la máxima expresión, pudiendo conducir al fracaso si no son debidamente controladas y resueltas. Tales contrarresistencias conllevan auténticos puntos ciegos que imposibilitan la aprehensión del material conflictivo y "actings" que introducen al paciente en una verdadera "neurosis a dos".

### BIBLIOGRAFIA

- CENCILLO, L. *Terapia, lenguaje y sueño*. Marova. Madrid, 1973.  
 FENICHEL, O. *Teoría psicoanalítica de las neurosis* (1941). Paidós. Buenos Aires, 1966.  
 FERENCZI, S. *Problemas y métodos del psicoanálisis*. Hormé. Buenos Aires, 1966.  
 ——. *Psicoanálisis, II*. Espasa-Calpe. Madrid, 1981.  
 FREUD, S. *Inhibición, síntoma y angustia* (1926). O.C., VIII. Biblioteca Nueva. Madrid, 1974.  
 FREUD, S., *Recuerdo, repetición y elaboración* (1914). O.C., V. Biblioteca Nueva. Madrid, 1972.  
 FREUD, S., *Esquema del psicoanálisis* (1924). O.C., VII. Biblioteca Nueva. Madrid, 1974.  
 GARMA, A., *El psicoanálisis: teoría, clínica y técnica*. 3ª ed. Paidós. Buenos Aires, 1978.  
 GREENSON, R.R., *Técnica y práctica del psicoanálisis* (1967). Siglo XXI. México, 1976.  
 GRODDECK, G., *El libro del ello* (1923). Taurus. Madrid, 1973.  
 NACHT, S., *Curar con Freud* (1971). Fundamentos. Madrid, 1972.  
 ——. y otros, *El psicoanálisis, hoy*. 2 tomos. Miralce. Barcelona, 1959.  
 RADO, S., *Psicoanálisis de la conducta*. Hormé. Buenos Aires, 1973.  
 REICH, W., *Análisis del carácter* (1932). Paidós. Buenos Aires, 1961.  
 STONE, L., *The psychoanalytic situation*. Int. Univ. Press. New York, 1961.