

## Técnica psicoanalítica VI

# Reglas fundamentales en el análisis de las resistencias

Antonio SANCHEZ – BARRANCO

Ciudad Sanitaria Virgen del Rocío. Sevilla  
U.N.E.D.

Una vez conocidos los aspectos teóricos básicos sobre las resistencias y el enmarque técnico general que requiere su análisis (ver artículos anteriores), es imprescindible indicar las reglas concretas que sirven de guía en tal labor analítica. Estos principios deben utilizarse como orientaciones flexibles, siendo especialmente válidos cuando el terapeuta se encuentra perdido o confuso.

### Introducción

La puesta en primer plano de la necesidad del análisis de las resistencias, sobre todo de las denominadas caracterológicas, se debe en gran parte a W. REICH, el cual llegó a afirmar al respecto. «Cuán esencial es para el desarrollo lógico del tratamiento la correcta comprensión y manejo de la primera resistencia transferencial. «Subrayó también lo esencial que es el seguir un cierto orden en el análisis, con el consiguiente abandono de la primitiva tendencia a dejar al paciente absolutamente libre en sus comunicaciones. De hecho, el mismo S. FREUD ya había insistido en que «no debemos perturbar el trabajo del paciente mientras prosigue de acuerdo con su deseo de mejorar y con nuestras intenciones terapéuticas». Con ello insinuó que tan pronto como se captara que el analizado intenta desenvolverse dentro de un círculo improductivo o caótico, es decir, en tanto ponga en marcha sus resistencias, ha de pasarse a una cierta actividad analítica, señalando, aclarando o interpretando según las normas propias de la metodología psicoanalítica.

### Reglas técnicas básicas

En concreto, los principios o reglas que deben seguirse en el análisis de las resistencias pueden sintetizarse en tres apartados:

1. El paciente debe determinar el tema de cada sesión

S. FREUD ya reconoció en el «caso Dora» que lo más adecuado es que el propio paciente determine el contenido de cada sesión, lo que complementa la no-directividad dada por la asociación libre. Ahora bien, eso no tiene porque significar que el paciente sea abandonado a la deriva, adoptando el terapeuta un silencio pertinaz. Cuando se hace así el analizado suele sufrir una regresión masiva y desarrolla una transferencia hostil, lo que da al traste con la alianza terapéutica y con el destino del análisis.

Por consiguiente, hoy se mantiene por muchos que el paciente debe determinar el tema de cada sesión, así como asociar libremente, pero también se recomienda que el analista intervenga enfocando la atención del analizado sobre ciertas áreas o focos, siguiendo las directrices que en el siguiente apartado se señalan.

2. Primero han de analizarse las resistencias, luego lo resistido; antes lo que asienta en el yo y posteriormente lo sostenido por el superyo y el ello; inicialmente lo más consciente, después lo más profundo; y antes lo biográficamente cercano que lo antiguo.

a) Como ya hemos insistido en otros lugares, no tiene sentido analítico el señalar-esclarecer interpretar los contenidos resistidos sin la previa disolución de las resistencias. Esta tarea exige primero hacer las resistencias distónicas al yo, para después desestructurarlas con el oportuno trabajo analítico. Ello hace movilizar los conflictos, permitiendo que las energías implicadas tomen un camino positivo.

b) Ha de subrayarse, por otro lado, que el último objetivo del análisis es potenciar el yo del paciente, poniéndolo en condiciones de arreglárselas lo mejor posible con el ello, el superyo y el mundo circundante. Por consiguiente el acento analítico ha de situarse, antes que nada, en el yo, fomentando la alianza terapéutica y las funciones que van a colaborar en el desenterramiento del material que subyace en el superyo y en el ello.

Este principio podría expresarse de esta otra manera: centrar el trabajo analítico inicialmente en lo superficial y lo consciente, para pasar con posterioridad a lo profundo e inconsciente.

c) La inmadurez de un sujeto se

fundamenta en que en el pasado no supo, o no pudo, defenderse adecuadamente de sus conflictos instintivos. Debió utilizar los mecanismos defensivos a su alcance, creando formaciones de compromiso (rasgos anómalos del carácter, síntomas, etc.) con los que mantener un cierto equilibrio.

Pues bien, tales conflictos del pasado se reflejan, de una u otra manera, en el presente. Y ésta debe ser el área analítica donde se inicie el trabajo: lo actual, lo presente. Posteriormente han de ir introduciéndose elementos del pasado, hasta llegar a los núcleos conflictivos básicos.

Complementariamente a lo anterior hay que afirmar que el análisis debe apoyarse primero en lo material que el sujeto puede procesar adecuadamente, por medio de las funciones yóicas racionales, para incluir tarde los ingredientes de mayor complejidad y profundidad.

### 3. Excepciones a los principios

Los citados principios generales no se siguen en ciertas condiciones. En primer lugar cuando nos enfrentamos a las resistencias menores o pasajeras; en segundo lugar cuando el yo del sujeto pierde momentáneamente el uso de sus funciones superiores.

Las resistencias menores y temporales suelen disolverse espontáneamente, bastando el silencio del analista. Por esta razón es absurdo perder tiempo y energías en perseguir cada resistencia una a una. Además esto suele traer consigo reacciones transferenciales hostiles, que naturalmente parten de una actitud paranoide del analista, que adopta la creencia de que hay una especie de «mala fe» en el sujeto, siempre dispuesto a «inventar» algo para rehuir el análisis (J. LACAN).

Por otro lado, a veces se presentan situaciones en las que el análisis propiamente dicho debe detenerse. Esto es muy evidente cuando el yo del sujeto muestra una pérdida pasajera de sus funciones superiores, como es el caso de una regresión masiva, una catarsis intensa o un brote psicótico. Entonces, aún a costa de frenar posibles «insights», hay que dar el tiempo necesario para que el

sujeto se recomponga, aún contando con un aumento inconveniente de las defensas y resistencias. En tales situaciones el terapeuta debe «retirarse», recurriendo a silencios de apoyo o incluso a breves mensajes directivos. En el caso de los brotes psicóticos puede incluso ser preciso dar por finalizado el análisis, pasando el sujeto a un tratamiento psicofarmacológico y/o psicoterapéutico de sostén.

Un asunto delicado tiene lugar cuando surge una crisis emotiva al estar finalizando una sesión. En estos casos conviene avisar que el tiempo va a dar su fin, añadiendo algo así como «vamos a estar excepcionalmente unos minutos más, con el fin de que usted se recupere». Este hecho se analizará como resistencia si el sujeto repite en varias ocasiones la conducta citada.

### Reglas complementarias

De los principios anteriores pueden derivarse una serie de reglas complementarias de mucha utilidad:

a) Las interpretaciones profundas deben evitarse en tanto no resulte claro el primer frente de resistencias cardinales y haya sido eliminado

En ocasiones el analista inexperto se encandila con la aparición de materiales profundos y significativos, con aspecto de fácil interpretación. Si cae en el error de olvidar las resistencias y trata de interpretarlos directamente, aquéllas levantarán un muro más denso y fuerte.

Ha de tenerse también especial cuidado cuando un paciente presenta abundante material sin haber producido aparentemente resistencias, como es muy frecuente en los caracteres obsesivos: tras ello late una transferencia hostil, recubierta de una resistencia caracterológica de pasividad y colaboración.

La liquidación del primer frente de resistencias no significa, desde luego, que el paciente abandone definitivamente su oposición al análisis. Las antiguas resistencias suelen emerger una y otra vez, junto a otras nuevas. En tales casos debemos ocuparnos inicialmente de las antiguas, pues otra cosa sería como conquistar territorios que dejamos abandonados al enemigo.

Ante el frente de resistencias cardinales dedicaremos el máximo de nuestras energías a la disolución de las resistencias caracterológicas, para centrarnos después en cualquier otra.

b) Durante las primeras sesiones deben evitarse las interpretaciones, incluso de las resistencias

Es aconsejable dar al analizado el suficiente tiempo para que muestre sus armas defensivas, empleando un atento silencio. Así lograremos que las resistencias alcancen su máxima intensidad, momento en el cual es posible la confrontación, paso imprescindible para el posterior esclarecimiento e interpretación.

c) Las resistencias deben analizarse primeramente en su sentido actual.

El reconocimiento, confrontación, esclarecimiento e interpretación de las resistencias debe llevarse a cabo, en una primera etapa, centrándonos en el significado actual de las mismas, dejando para etapas posteriores el sentido transferencial y genético. Cuando estemos en posesión del suficiente material y aparezcan elementos contratransferenciales, se facilita el trabajo profundo.

Hay que subrayar, sin embargo, siguiendo directrices de J. LACAN, que los análisis excesivamente centrados en el «aquí y ahora», especialmente cuando se implican interpretaciones-choques de «ego a ego» y de «igual a igual», pueden traer consigo consecuencias inconvenientes para la transferencia y para el desarrollo de la terapia.

REICH y sus seguidores, sin embargo, se apoyan mucho en tal técnica directa, pues entienden que así se desmonta mejor la transferencia hostil latente, especialmente en los casos de caracteres pasivos, obsesivos, inválidos de afecto (compulsivos) y faltos de autenticidad (hipocondriacos), todos los cuales aparentan obediencia, confianza, afabilidad, tras lo que se esconde la hostilidad.

d) Debe considerarse material analítico la conducta global del sujeto

No sólo ha de trabajarse como

material analítico las comunicaciones estrictamente verbales, sino también los gestos, los «actings», los afectos que se infieren de correlato somático de la emoción, lo que se deja de hacer (siendo lógico que debía aparecer), el sustrato paradójico de muchos mensajes, etc., pues en todo ello puede ir implícita la resistencia.

e) No debe tenerse especial preocupación por el material que en un momento dado se deja de lado

Precipitarse en el análisis de ciertos contenidos, porque se estiman muy significativos o por cualquier otra razón, no suele traer consigo nada positivo, disminuyendo la eficacia de la terapia. Es mucho mejor dejar ciertos materiales para momentos más oportunos, aún siendo de importancia fundamental, pues si realmente es así emergerán una y otra vez. Su análisis entonces puede traer consigo abundantes «insights» y progresos que antes se habrían quemado, dado que el yo del sujeto no estaba en condiciones de asimilar nuestras interpretaciones.

### Las resistencias caracterológicas

Un grupo de resistencias de especial interés son las caracterológicas, cuyo análisis constituye una parte esencial del proceso terapéutico.

Las resistencias caracterológicas no se expresan en el contenido del material analítico, sino en los aspectos formales del comportamiento: manera de hablar, expresión facial, estrategias habituales en la interacción, etc. Estas resistencias, habitualmente egosintónicas, son siempre las mismas en el mismo paciente, al margen del conflicto que subyaga. Pueden ser comprendidas e interpretadas de forma similar al cortejo sintomático de la neurosis, ya que son también formaciones de compromiso que sirvieron a la defensa y que persisten a modo de una coraza protectora. Es bien cierto que en ocasiones son de escasa consistencia y de fácil disolución, y no como mantuvo REICH fuertes y tenaces.

En el análisis caracterológico REICH recomendó las pautas siguientes:

1) Llevar a cabo una cierta selección del material analítico, con el fin de dar una preferencia a las resistencias caracterológicas, especialmente en la primera etapa terapéutica.

2) Atacar tales resistencias según la técnica analítica habitual, cuidando siempre hacer distónico al yo el rasgo caracterial, mediante insistentes confrontaciones en el aquí y ahora, para pasar después a esclarecimientos e interpretaciones más profundas.

El dato clínico indicativo de la ruptura o resquebrajamiento de la coraza caracterial es la emergencia de angustia u hostilidad. Esto trae de inmediato un pasajero refortalecimiento del rasgo de carácter defensivo, para desvanecerse después. En tales instantes el sujeto se liga indefectiblemente al análisis, único camino que vislumbra para reencontrar el equilibrio.

3) Cuando el material actual va siendo sustituido por contenidos infantiles (lo que precisamente sucede cuando la resistencia caracterológica no puede seguir cumpliendo su función), es cuando debe empezarse el análisis de las profundidades. Todo esto se percibe por el giro que toma la transferencia, que comienza a entrar en la genuina «neurosis transferencial». Entonces toman primacía las resistencias de transferencia.

Aunque REICH defendió que estas secuencias se desarrollan ordenadamente de forma espontánea, no siendo por tanto fruto de presiones de la técnica, hay analistas que no están de acuerdo con ello y opinan que puede suponer un inconveniente el intento de llevar a cabo una especie de análisis lineal, desde las resistencias caracterológicas hasta los núcleos patógenos infantiles. En efecto, como ha afirmado O. FENICHEL, en el proceso terapéutico tienen lugar frecuentes distorsiones y contaminaciones que obligan a ciertos vaivenes técnicos. Pero en todo caso creemos que es útil tener presente el esquema reichiano, sin caer en rigideces improductivas. Ha de recordarse que lo esencial del trabajo analítico está en la transferencia, área en donde debe focalizarse la mayor parte de nuestra tarea, teniendo en cuenta la especial dinámica y sentido de la neurosis transferencial, como en posteriores artículos iremos considerando.

### Bibliografía

FREUD, S. (1905): *Análisis fragmentario de una histeria («Caso Dora»)*. O.C., III. Madrid: Biblioteca Nueva, 1972.

FREUD, S. (1910): *El psicoanálisis «silvestre»*. O.C., V. Madrid: Biblioteca Nueva, 1972.

FREUD, S. (1912): *Consejos al médico en el tratamiento psicoanalítico*. O.C., V. Madrid: Biblioteca Nueva, 1972.

FREUD, S. (1913): *La iniciación del tratamiento*. O.C., V. Madrid: Biblioteca Nueva, 1972.

FREUD, S. (1923): *El yo y el ello*. O.C., VII. Madrid: Biblioteca Nueva, 1974.

FREUD, S. (1933): *Nuevas lecciones introductorias al psicoanálisis*. O.C., VIII. Madrid: Biblioteca Nueva, 1974.

GREENSON, R.R. (1967): *Técnica y práctica del psicoanálisis*. México: Siglo XXI, 1976.

HELD, R.R. (1975): *Problemas actuales de la cura psicoanalítica*. Buenos Aires: Amorrortu, 1976.

LACAN, J. (1975): *Los escritos técnicos de Freud*. Buenos Aires: Paidón, 1981.

LAPLANCHE, J. y PONTALIS, J.B. (1968): *Diccionario de psicoanálisis*. Barcelona: Labor, 1971.

LECLAIRE, S. (1966): *El objeto del psicoanálisis*. México: Siglo XXI, 1972.

LECLAIRE, S. (1968): *Psicoanalizar*. México: Siglo XXI, 1970.

MANDOLINI GUARDO, R.G. (1965): *Los cuatro aspectos del psicoanálisis*. Buenos Aires: Ciordia, 1969.

RACKER, H. (1959): *Estudios sobre técnica psicoanalítica*. Buenos Aires: Paidós, 1971.

REICH, W. (1933): *Análisis del carácter*. Buenos Aires: Paidós, 1961.