

Francesc Sáinz Bermejo

Winnicott y la perspectiva relacional en el psicoanálisis

Prólogo de Alejandro Ávila Espada

Herder

Diseño de la cubierta: Dani Sanchis

© 2016, *Fundació Vidal i Barraquer*

© 2017, *Herder Editorial, S. L., Barcelona*

1.^a edición, 2.^a impresión, 2020

ISBN: 978-84-254-3921-6

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com).

Imprenta: Servicepoint

Depósito legal: B-2697-2017

Printed in Spain - Impreso en España

Herder

www.herdereditorial.com

A Pepi, Laura, Gemma y al recuerdo de mis padres

Índice

Agradecimientos	15
Prólogo	17
Introducción	21
1. Los límites de la comprensión	29
1.1. Epistemología para la comprensión de la salud mental y la psicopatología	29
1.2. Factores causales multidireccionales	29
1.3. Cuestionamiento de los reduccionismos	31
1.3.1. El peligro del reduccionismo biólogo	33
1.3.2. El peligro del reduccionismo psicólogo	34
1.3.3. El peligro del reduccionismo sociólogo	35
1.4. El problema de los estudios empíricos y la importancia del método científico	36
1.5. Revisión del concepto de «salud»	39
1.6. Contribución de la sociedad al desarrollo de la psicopatología	41
1.6.1. El positivismo, la apología del éxito y del máximo rendimiento, y el rechazo de los vínculos	41
2. Winnicott. Bases del pensamiento relacional	49
2.1. Winnicott en persona. Trayectoria personal y profesional (1896-1971)	49
2.2. Concepto de «individuo sano» en Winnicott	58
2.3. La adaptación al entorno: el falso <i>self</i>	65
2.4. Winnicott y la crítica a la teoría pulsional independiente de la experiencia relacional	71

2.5. La mente y la relación con el psique-soma. Winnicott, precursor de la mentalización	77
2.6. El bebé no existe sin los cuidados de una figura adulta estable y responsable	80
2.7. La madre, el padre y el entorno suficiente e insuficientemente bueno	81
2.8. La relacionalidad a través de las experiencias transicionales. Experiencia construida y compartida	83
2.9. El importante papel del juego como fenómeno generador de las experiencias transicionales	89
2.9.1. Evolución de la capacidad compartida de jugar	89
2.10. Los procesos de maduración. Base del pensamiento relacional	92
2.11. La función del espejo. Pilar del psicoanálisis relacional	96
2.11.1. Análisis de un caso clínico de Winnicott	100
2.12. Ser, hacer, estar a solas. El origen de la creatividad	101
3. Aportaciones de Winnicott a la psicoterapia	109
3.1. La experiencia terapéutica con un analista suficiente e insuficientemente bueno	109
3.2. Comunicar y no comunicar. La búsqueda del verdadero <i>self</i>	115
3.3. Transferencia y contratransferencia en Winnicott	117
3.4. Experiencias transicionales y mentalización	120
3.4.1. El papel del trauma y de las carencias afectivas en los procesos de mentalización	129
3.4.2. Los ángulos ciegos de la personalidad. Otro escollo para la mentalización	132
3.5. El <i>squiggle</i> , paradigma gráfico de la intersubjetividad winnicottiana	137
3.6. La regresión. Winnicott y Balint	139

4. El psicoanálisis relacional e intersubjetivo	147
4.1. Introducción	147
4.2. La matriz relacional	151
4.3. Relacionalidad e intersubjetividad	151
4.4. El vínculo afectivo como regulador de la biología y de los contextos sociales	160
5. Cerebro y vínculo afectivo. Apuntes para una neurobiología relacional	165
5.1. El papel del estrés en la mente y el cerebro del bebé	170
5.2. Las neuronas espejo. Empatía e identificación con el otro	171
5.3. La psicoterapia, reguladora de la bioquímica del sistema nervioso y del cerebro	174
6. Aplicaciones de la obra de Winnicott y del psicoanálisis relacional intersubjetivo para la práctica psicoterapéutica	179
6.1. La experiencia terapéutica. Una construcción entre lo nuevo y lo viejo	179
6.2. Ampliación del concepto de contratransferencia: contratransferencia inversa y paracontratransferencia	184
6.3. La psicoterapia como una experiencia relacional implícita y explícita	188
6.4. Empatía, espontaneidad y <i>enactment</i>	195
6.5. Colusionar, colisionar y la reacción terapéutica negativa	200
6.6. La realidad externa como una forma de investigar la subjetividad	202
6.6.1. Ejemplo clínico	203
6.6.2. Comentarios	204
7. Déficit, conflicto y trauma. Aproximación a la comprensión del sufrimiento	207

8. Algunos puntos de reflexión para el trabajo del psicoterapeuta	213
8.1. La analizabilidad no solo depende del paciente	213
8.2. Detectar las tendencias estructurales de la personalidad	213
8.3. Máximo aprovechamiento de la primera entrevista	216
8.4. La empatía o no empatía con la narrativa del paciente	216
8.4.1. Ejemplo	217
8.5. ¿Podemos reflexionar con libertad, sin excesivas ataduras?	219
8.6. Pacientes con experiencias devastadoras o traumáticas	220
8.7. Tratamos a las personas, no los síntomas ni las enfermedades	221
8.8. La estructura mental no suele cambiar, pero sí su disposición	222
8.9. La búsqueda de la autenticidad es fundamental en psicoterapia	224
8.9.1. Un breve ejemplo de Winnicott	225
8.10. Ajustar objetivos terapéuticos a la realidad del proceso	226
8.11. Cogniciones, afectos y conexiones	228
8.12. Cuando el narcisismo disminuye, puede aumentar la autoestima	230
9. Algunas propuestas para la formación de psicoterapeutas	233
9.1. Salud, psicopatología y factores etiológicos intervinientes	234
9.2. No debemos confundir causalidad con terapéutica y sufrimiento con sintomatología	234
9.3. La psicoterapia personal	235
9.4. La supervisión individual y grupal	236
9.5. Temas que hay que estudiar	236

9.5.1. Temas teóricos y prácticos de la psicología y la psicoterapia	237
9.5.2. Temas necesarios cercanos a la disciplina	237
10. Epílogo. Winnicott más allá de la psicoterapia y del psicoanálisis	241
Referencias bibliográficas	247

Agradecimientos

A Víctor Cabré, por la confianza que me muestra, por impulsar la publicación de este libro y por tres décadas de amistad.

A Jorge Tizón, que me enseñó el camino psicoanalítico y por todo lo compartido.

A Toni Talarn, por sus aportaciones, su ayuda sincera y la amistad que nos une.

A Saïd El Kadaoui, por su amistad, cariño y por compartir cenas y afectos a lo largo del tiempo.

A Joan Creixell, por su sonrisa, su afecto, su sentido crítico y por salir al encuentro de las cosas que escribo.

A mis amigos de ternuras, Teresa Rossell, Joan Fortuny, Guillermo Salvador, Aurora Leal y Rosa Clúa, por las cenas, la poesía, las conversaciones y tantos afectos compartidos. A Teresa Rossell por su delicadeza, inteligencia y por hacerme sentir que tengo cosas buenas que dar. A Joan Fortuny, por sus poesías, su generosidad y por su amistad, única para conmigo.

A Rogeli Armengol, con quien comparto muchos años de conversación e intercambio, y con quien he aprendido mucho de lo que soy. A Víctor Hernández por su enseñanza, su afecto y los años que llevamos juntos compartiendo docencia.

A Joan Coderch, por sus libros, por su evolución personal, por transmitir el psicoanálisis con tanta devoción de forma tan didáctica, y por darme su consideración y afecto.

A Neri Daurella, por insistirme en que los relacionales debamos relacionarnos, por su afecto.

A Alejandro Ávila, por ser un buen líder y un buen amigo, y también por cuidar y divulgar el psicoanálisis relacional como nadie, y por su manera de mostrarme su apoyo y afecto.

A Ramón Mon, querido amigo panameño que viene a tu encuentro siempre que lo llamas, como hacen los buenos amigos.

A Melva Palacios, por sus cuidadosos consejos llenos de afecto y porque me dijo: «Paco, tú escribe, escribe».

A Carles Pérez, por su sentido del humor, su bien hacer y sus comentarios sobre el libro.

A Rosa Royo, por todos los años compartidos de formación, trabajo profesional y amistad.

A Trini Pérez, por su forma especial de dar apoyo y cariño.

A los miembros de la junta directiva de la Associació Winnicott Barcelona: Angela Toscas, Desirée Sanz, Silvana Capitaní, Laura Villarreal, Gisela Navarro, Nadalina Barat, Roser Hurtado, Nick Cross y Carlos Giménez

A Nick Cross por su ayuda con el inglés y por estar siempre ahí con su amistad.

A Carlos Giménez y Lucía Bover, por darme su opinión sobre el libro, con afecto, sencillez y cariño.

A Paco Calvo, por la ayuda personal, su sencillez profunda y su amistad.

A Nelson Ferreira, por su ayuda, su amabilidad, su disponibilidad permanente y su incorporación a la familia.

A tantas personas que han sido pacientes, alumnos, compañeros y amigos, que no he nombrado pero que forman parte de lo que soy como profesional y como ser humano.

Por último, pero en primer lugar, mi agradecimiento a mis padres y a mi *tieta* por su humildad y por haberme cuidado con sencillez y con un amor suficientemente bueno.

Prólogo

Es un placer y un honor prologar esta obra de Francesc Sáinz, a quien conozco desde su participación en las jornadas que celebramos en 2002 en Almagro (Ciudad Real), las primeras en España dedicadas a la teoría de los sistemas intersubjetivos y el psicoanálisis relacional, que contaron con la presencia de Robert Stolorow y Gianni Nebbiosi. En esas jornadas, Francesc Sáinz ya presentó un trabajo sobre el tema de este libro: «Winnicott, un psicoanalista intersubjetivo», que más tarde fue publicado en la revista que yo había fundado sobre esta línea de pensamiento: *Intersubjetivo*. Resalto también el valor que tiene que esta obra se publique en la excelente colección que la Fundació Vidal i Barraquer copatrocina en la editorial Herder, bajo la cuidada selección de Victor Cabré.

Las jornadas de Almagro fueron un momento de encuentro de las personas que se interesaban por la emergente perspectiva relacional, que en sus múltiples facetas recogía diferentes tradiciones de renovación del psicoanálisis. Estábamos quienes procedíamos de la tradición del psicoanálisis social, grupal y vincular que recogía el pensamiento y la interrogación clínica y psicosocial de Pichon-Rivière y Fromm, las propuestas dialécticas y la teoría del campo que emanaron de Bleger y los Baranger, así como el reconocimiento a los planteamientos interpersonales de Sullivan y el trabajo con los trastornos graves de Fromm-Reichman y Searles; también los ávidos lectores identificados con las propuestas de Winnicott, así como los reivindicadores del pensamiento clínico de Ferenczi. Se unían también los ecos de la psicología del *self* contemporánea a partir de la segunda etapa del pensamiento de Kohut, y muchos de nosotros leíamos, debatíamos e incorporábamos a nuestra clínica las obras

de Mitchell, Stolorow, Brandchaft, Atwood y Orange. Este renacimiento del pensamiento social e intersubjetivo que fue inherente al psicoanálisis desde sus primeros tiempos, aunque siempre controvertido, nunca fue relegado a un segundo término, y renacía una y otra vez, hasta que en la década de 1990 fue ya imparable su ascenso y la perspectiva relacional del psicoanálisis ocupó el lugar destacado que le corresponde, entre las tendencias principales de cambio en el psicoanálisis contemporáneo. En Estados Unidos, Inglaterra, Italia, Canadá —entre otras áreas culturales—, desde el año 2000, y en España desde 2002, no se ha cesado de hacer aportaciones y desarrollar ideas y experiencias que han transformado nuestra práctica clínica y también nuestra manera de ver el mundo. Francesc Sáinz pertenece, por derecho propio, a esta generación de pioneros que abrió el camino y ha seguido recorriéndolo sin descanso.

Aquí nos encontramos con la trascendental importancia de Winnicott. Un hombre sencillo, que miraba su entorno y a las personas en lo real, trascendiendo sus carencias y necesidades a través de la esperanza en la capacidad de jugar y ser persona. Quizás era necesario que alguien que amaba a los niños los mirase como seres completos, aunque construyendo su subjetividad; que observase sus procesos en el contexto de sus vínculos y cómo creaban el mundo desde su mirada y su acción. No como «objetos a educar y socializar», sino como agentes del mundo intersubjetivo que despliegan con su existencia. Winnicott, escasamente identificado con el mundo médico o los teóricos del psicoanálisis, sabía mirar a su alrededor como mira un bebé que explora conexiones intersubjetivas y despliega su agencia vincular desde el nacimiento. Miraba a los niños (y al niño escondido en el adulto) y esperaba encontrar la manifestación natural del juego (donde se da la conexión intersubjetiva), el acto creador y la vida saludable. Winnicott no fue un teórico de la locura o la crisis mental, sino el teórico de la ilusión y la creación de vida-cultura.

Es este Winnicott el que nos presenta Francesc Sáinz, quien lleva décadas dedicado al estudio y a la docencia de su pensamiento y clínica, pero que en vez de constituirse como un win-

nicottiano (un psicoanalista con etiqueta), mira su mundo personal y su labor clínica con los ojos del que busca la salud allí donde el dolor, el vacío o la repetición se hacen presentes. Lo que le lleva a Sáinz a Winnicott, y a la par al psicoanálisis relacional, son las identidades naturales de ambas lecturas. Mitchell sí leyó y citó a Winnicott, pero si Winnicott hubiese leído a Mitchell se habría reconocido plenamente en él. Hoy, para nosotros, la secuencia de pensamientos clínicos (y psicoanalíticos) que va desde Ferenczi a Sullivan (con Fairbairn, Balint y Bowlby) y a Winnicott y Kohut (en sus caminos paralelos, más radical el inglés que el austroamericano), sin olvidar a Fromm y su comprensión del papel de la sociedad y la cultura, nos ha dejado abiertas las puertas que hemos venido a habitar clínicos de diferentes generaciones. Unos han sido capaces de sintetizar los conceptos para pensar esta vieja realidad de la intersubjetividad, consustancial al ser humano (Mitchell, Stolorow, Bromberg, D. B. Stern, Fosshage, Orange, Buechler...) mientras que otros nos han aportado las evidencias desde la investigación del desarrollo y la neurociencia (D. N. Stern, Tronick, Beebe, Lichtenberg, Lachmann...). Cuando, desde 1990, empezaron a sucederse las aportaciones que desarrollaba la perspectiva relacional contemporánea, acá y allá, leer a Winnicott no ha dejado de ser una fuente de vida inagotable. De esta fuente de vida nos habla Francesc Sáinz.

No es, en mi opinión, función de un prólogo resumir las ideas y experiencias que el lector ha de vivir con esta obra, y rehúso, por tanto, hacerlo, pues reseñas habrá que den cuenta de los detalles. No es un resumen más de Winnicott, de entre los varios y brillantes que hay, ni un ensayo epistemológico o la labor de un historiador. Lo que Sáinz aporta es su experiencia con Winnicott, que es lo que hace única esta obra, que trasciende a Winnicott y nos hace pensar con él, de la mano de Sáinz.

Winnicott y Sáinz —como su intérprete y portavoz— nos hablan en esta obra de las vías para encontrar una oportunidad para la vida, del papel que el psicoanálisis (en su acepción relacional y winnicottiana) tiene como un sistema de cuidados

intensivos para devolver a la vida a la persona que está muerta en vida o que no se habita a sí misma, sino que vive las vidas de otros en lugar de la suya propia, de cómo puede reparar el narcisismo primario dañado y crecer en la estima de su genuinidad subjetiva, vivir las emociones y crecer con ellas, descubrir que podemos pensarnos y pensar a los otros, sentir y compartir con los otros y, a la vez, cuidar con el giro ético que acompaña al otro que sufre (Orange).

La vida de la que nos hablan Winnicott y Sáinz es una apertura e interrogación comprometida con la experiencia cotidiana. Cuando Sáinz cita a su admirado Joan Manuel Serrat, recupera de nuevo esa mirada inocente y profunda del «loco bajito» que todos llevamos dentro. Es lo que las personas con las que ejercemos nuestra labor clínica esperan encontrar en nosotros, para poder hablarnos de tú a tú: una participación mutua y éticamente comprometida con nuestra humanidad.

Alejandro ÁVILA ESPADA
Lubián, agosto de 2016