

## **La utilidad de las terapias psicoanalíticas de pareja: una discusión necesaria.**

*Miguel Spivacow*

Las terapias psicoanalíticas de pareja se han consolidado como una alternativa terapéutica en nuestra disciplina y constituyen una herramienta de uso habitual. Ahora bien, ¿para qué sirven? Tal vez, antes de intentar algunas respuestas a esta pregunta, es necesario aclarar dos palabras del título de este texto: qué se entiende por terapia "psicoanalítica" de pareja y qué por "utilidad".

Hay muchos tipos de terapias de pareja. La terapia psicoanalítica, para alcanzar el cambio psíquico, utiliza como herramienta el conocimiento de la propia realidad psíquica y de los funcionamientos psíquicos del partenaire y se apoya, desde el punto de vista teórico, en el conjunto de desarrollos teóricos-clínicos que conforman el psicoanálisis.

*Terapia  
"psico-  
analítica"*

Otros tipos de terapia operan de otras maneras. Por ejemplo, el camino para lograr un cambio psíquico posiblemente sea otro cuando se trata de disminuir la violencia física en una pareja, por los efectos deletéreos en los cónyuges y en los hijos. Este tipo de tratamiento va a implementar técnicas de manipulación, que pueden ser muy legítimas, pero no psicoanalíticas. Y seguramente pueda respecto de estas prácticas parafrasearse a Winnicott y

decir que aunque utilizan técnicas que no son psicoanalíticas, los que mejor pueden utilizarlas son los psicoanalistas.

La necesidad de establecer diferenciaciones ha llevado en el terreno de las terapias individuales a distinguir entre "psicoterapias" y "terapias" analíticas atendiendo al nivel de elaboración alcanzado. En una terapia psicoanalítica de pareja ambos compañeros logran muy diferentes niveles de profundidad en la elaboración. No es posible, en consecuencia establecer la diferenciación que se ha propuesto para el dispositivo individual entre terapias "analíticas" y "psicoterapias", ya que no se alcanza un único nivel. Los tratamientos analíticos de pareja clarifican y destraban una crisis relacional y cuando son exitosos, tal vez la única clasificación que convenga establecer –y con laxitud– es entre intervención y tratamiento, según la extensión más o menos focalizada de los funcionamientos psíquicos trabajados.

Pasando a la cuestión de la utilidad, es frecuente que se hable de la utilidad sin que se la diferencie de la eficacia pero conviene, al menos, efectuar una distinción conceptual.

<i>utilidad</i> †
<i>eficacia</i> †
<i>curación</i>

El término eficacia no es bueno para discutir los problemas que nos ocupan. La palabra eficacia es muy usada en relación a la práctica médica. Así, por ejemplo se dice que cierto fármaco, es eficaz –o no– como analgésico o antibiótico y, en consecuencia, se establecen parámetros mensurables y se comparan resultados. Pero en el terreno de las psicoterapias... ¿hay un metro

patrón? Y aún imaginando que encontremos una definición válida, ¿cómo medir la eficacia lograda, su cercanía o distancia respecto de la norma?

Las terapias psicoanalíticas de pareja no curan, en el sentido médico, a nadie de nada. La cura que ofrecen es similar a la que ofrecemos en el psicoanálisis individual, basada en intentar hacer consciente lo inconsciente y lograr conocimiento de la realidad psíquica, aunque lo que de ello derive no esté necesariamente cerca de lo que el paciente se planteó como expectativa en el inicio del proceso, ni tampoco cerca de las expectativas del analista y/o del establishment social.

En consecuencia, este escrito más que preguntarse por la eficacia, se centrará en otra pregunta: ¿para qué sirven, cuándo son útiles las terapias de pareja de orientación analítica? Y podríamos adelantar una respuesta: son útiles para aquellos que les resultan interesantes, dado que les interesa el trabajo que se propone, un trabajo de conocimiento. Y están dispuestos a dar este rodeo para intentar un mejor entendimiento con el partenaire y/o con ellos mismos.

Cuando una pareja solicita una consulta, lo más habitual es que haya una crisis, entendiendo por tal una situación en que se tornan disfuncionales los mecanismos habituales de adaptación al conflicto intersubjetivo. Los motivos de consulta manifiestos pueden ser infinitos: nacimientos de hijos, "nido vacío", problemas de "comunicación", dificultades de desprendimiento de la endogamia, etc., etc. .El analista realizará un diagnóstico en el que ubicará los funcionamientos

*La  
consulta.  
La  
crisis*

individuales y vinculares en juego, desde la superficie psíquica a la profundidad inconsciente y, fundamentalmente, de los ensambles inconscientes que, al desajustarse, son responsables de la crisis.

Se recorre así, en la mente del analista un camino que va del motivo de consulta a la formulación psicodinámica de la crisis. Este proceso permitirá elegir los nudos a trabajar para enfrentar la situación clínica.

¿Es un objetivo de la terapia psicoanalítica de pareja salvar o rescatar un matrimonio? No, y el analista debe ser claro al respecto.

*Los  
"objetivos  
terapéu-  
ticos"*

Yo les digo a los pacientes que el objetivo es entender mejor qué les pasa y ayudarlos a pensar al respecto. Si me preguntan, soy claro en que no soy partidario de sostener matrimonios a ultranza y también en que creo que, según los casos, el divorcio es una buena opción. Esto facilita una selección recíproca entre terapeuta y pacientes: si el objetivo es sostener la relación a toda costa es posible que me descarten.

Por supuesto, no hay que olvidar que, aunque a la larga un divorcio pueda ser beneficioso, si la pareja va a terapia es porque no puede resolver la crisis con una separación no traumática. De modo que la actitud recomendable es que el terapeuta no empuje en la dirección de la separación y no apure los tiempos.

Seguramente la manera de pensar que se propone en el párrafo anterior no puede valer para el 100%, porque hay gente que se beneficiaría

separándose, pero difícilmente lo haga si no es en un acto impulsivo. En esta situación la propuesta del analista de oposición a las decisiones rápidas puede no ser la adecuada. Estos casos, quizás, sólo se pueden discutir en el uno por uno de la singularidad.

Hay terapeutas más divorcistas y otros menos. Es un terreno en el que hay diferentes opiniones. En un artículo clásico, Whitaker y Warkentin afirman: "...en la psicoterapia nuestra tarea consiste en ayudar a los esposos a explorar y a experimentar las altas y bajas de su relación y vigorizar su decisión de cultivar su intimidad". Yo hoy, 40 años después, no suscribiría esta afirmación: creo que la decisión de cultivar la intimidad puede ser legítimamente rechazada y que este rechazo merece la ayuda de una psicoterapia que ayude a elaborarlo.

El hecho de que gran número de terapias de pareja termine en divorcios es un hecho impactante y sin duda responsable de que muchos psicoanalistas dejen con el tiempo de trabajar con parejas. Son tratamientos, para muchos colegas, frustrantes.

*La  
implicación  
subjéctiva del  
analista*

El divorcio de una pareja que consulta suele configurar para el analista una necesidad de elaboración contratransferencial en el que se trata de profundizar la elaboración de un viejo dolor, que nos implica a todos: el amor no es eterno y la ayuda que los analistas brindamos se reduce a mejorar las

condiciones en que la gente transita la experiencia amorosa, incluida la separación.

Así las cosas, una terapia de pareja sirve tan solo para que los partenaires puedan desenrollar algunos de los enganches por los que sufren, esclarecerlos en algo. Ni más ni menos. No es mucho, pero tampoco es poco.

¿Cuáles son las parejas que siguen unidas y mejor aprovechan un tratamiento vincular? Las que, más allá de los conflictos, mantienen el entusiasmo por el otro. El mejor resultado —y los resultados pueden ser excelentes— se obtiene con las parejas que mantienen el entusiasmo recíproco y dicen *“nos matamos aunque nos queremos”, “queremos estar juntos pero no podemos hablar, necesitamos un traductor”, “no sabemos qué nos pasa, pero nos peleamos mucho”*. El deseo de estar juntos y hacer más placentera una relación dificultosa es el gran motor de la terapia de pareja.

**Los éxitos**

Son compañeros que, de algún modo, están “prisioneros” del amor hacia el partenaire. Las ganas de estar juntos no impiden que sean desbordados por agresiones, malentendidos y confusiones. En un alto número han realizado o realizan terapias individuales que por razones diversas no llevan a la mejoría de los conflictos de pareja. Una explicación muchas veces válida es que el encuadre individual no puede sintonizar adecuadamente la transferencia conyugal y la dimensión intersubjetiva en toda su complejidad, y sólo la presencia del otro y el despliegue de matices escondidos en la sesión individual permite una elaboración de sucesos psíquicos que tienen en dispositivo individual una expresión insuficiente desde el punto de vista de la transferencia y el abordaje terapéutico.

En los tratamientos de pareja el proceso de *cambio psíquico* sigue caminos diferentes a los habituales en los tratamientos individuales. En éstos la intervención toma como principal referente la transferencia predominante en sesión y de este trabajo, basado en la asociación libre y sus determinaciones, se esperan los resultados más significativos en cuanto al cambio psíquico. El manejo de la transferencia tiene este sesgo.

***Cambio  
psíquico y  
transfe-  
rencia***

La situación es otra en un tratamiento de pareja: la propuesta explícita es analizar el vínculo de pareja y a los compañeros se les propone este trabajo focalizado. La libertad con que lo asuman puede ser grande, como también la sinceridad, pero esto no lleva a una asociación libre. El relato conjunto no es lo mismo que la asociación libre. El relato conjunto permite focalizar el trabajo clínico en la transferencia conyugal y es a lo que apunta, las otras transferencias son menos tomadas en la intervención del analista –aunque, por supuesto, están presentes y tienen efectos. El dispositivo de pareja es un encuadre privilegiado para abordar algunas transferencias, no todas.

La sesión de pareja posibilita un abordaje vívido y focalizado en la dinámica intersubjetiva de la pareja. Esta es la ventaja que ofrece: si la dinámica intersubjetiva no es central en la estrategia terapéutica, el dispositivo de pareja posiblemente no sea el más conveniente.

El tratamiento analítico de pareja enfoca sus objetivos en construir representaciones y/o alcanzar conocimiento sobre las reacciones del sujeto a las influencias del partenaire, sobre el clima vincular, sobre la bidireccionalidad

reinante; de qué modo los funcionamientos psíquicos de uno influyen y condicionan los del otro. También se necesitan, buscan y producen elaboraciones similares a las que se realizan en un dispositivo individual ya que, obviamente, muchas veces un conocimiento sobre la interinfluencia con un otro tiene como precondition el conocimiento de sí mismo. A todo este proceso de conocimiento le llamo "sintonía"; luego volveré sobre este concepto.

Sabemos por Freud que el tratamiento analítico individual opera sobre las transferencias que se despliegan en sesión y la transferencia con el analista se interpreta cuando constituye una resistencia. Así propone Freud el manejo técnico de esta cuestión. También sabemos que, como dice en el epílogo a Dora, las transferencias no solo invisten al analista sino también a otros personajes del mundo externo del paciente.

***La transfe-  
rencia  
conyugal***

Por otra parte, se puede afirmar que la pareja que se originó en un enamoramiento, es tanto un encuentro como un rencuentro, y que por ende abarca investiduras transferenciales (re-encuentro) y no transferenciales (encuentro).

La transferencia conyugal es el conjunto de transferencias que invisten al partenaire y que éste, con sus respuestas, retroalimenta; se activa y despliega en la dinámica intersubjetiva entre ambos compañeros. Tiene por ende un sostén bidireccional y es esto lo que hace que la transferencia conyugal se exprese con debilidad y fragmentariamente en muchos tratamientos analíticos individuales ya que el analista, con su abstinencia no



proporciona el estímulo que sí proporciona el partenaire, el plus del vínculo amoroso.

El tratamiento analítico de pareja es un espacio para reflexionar sobre la experiencia amorosa que opera sobre lo transferencial y lo no transferencial. En el terreno transferencial se centra en las transferencias conyugales; en los casos en los que se hace necesario operar sobre otras transferencias, el analista debe recordar que no es un buen dispositivo para esta tarea, ya que el partenaire más que facilitar, interfiere.

Si volvemos ahora a la cuestión del divorcio en los tratamientos de pareja y pensamos que la transferencia conyugal del presente incluye investiduras que operaron en la fundación del vínculo, se deduce de la lógica del asunto que la elaboración de transferencias conyugales lleve a actualizaciones que pueden concluir en divorcio, ya que, aunque esto difiera de los ideales del establishment o de los deseos contratransferenciales, los sujetos de hoy no son los de ayer. Los procesos de actualización no son sin consecuencias. Tampoco, por supuesto, lo son los divorcios.

Es importante tener presente el carácter focalizado de las terapias de pareja porque, por obvio, es un rasgo que puede pasar desapercibido. En ellas se enfoca especialmente el engarce entre las transferencias conyugales, las posiciones subjetivas y la cualidad de los funcionamientos psíquicos. Él, por ejemplo, puede estar furioso con cómo ella cocina y sostener esta queja manifiesta en una posición subjetiva regresiva en la que se siente el hijo de ella,

con los derechos del preferido. El abordaje clínico de estos funcionamientos va a ser distinto en un tratamiento de pareja que en uno individual. En el caso de un abordaje en pareja, el analista debe focalizarse —o por lo menos no perder de vista— la retroalimentación entre la posición subjetiva de uno, lo que el otro promueve y las causas de la crisis en el vínculo. De haber una relación será importante trabajar la contradicción de la posición regresiva con las necesidades de una pareja posible entre los que consultan. El analista de pareja tiene menos libertad que el analista individual respecto de tomar o no esta cuestión en su intervención ya que, sin entrar en las excepciones del caso por caso, el trabajo en las transferencias conyugales es uno de los justificativos específicos del dispositivo vincular.

Cuando se utilizan intervenciones vinculares, el trabajo elaborativo —en su doble dimensión de conocimiento y construcción de representaciones— abarca las temáticas universales habituales en las terapias aunque, como se dijo, se centra el foco en el trabajo psíquico de funcionar en un vínculo de pareja. De lo que se trata es que el analista y los compañeros tomen conciencia del trabajo psíquico que implica lo intersubjetivo, cómo éste colapsa o promueve lo intrasubjetivo y viceversa, el trabajo psíquico que requiere la vitalidad de un vínculo. La particularidad fundamental es que se concientiza un proceso defensivo en que participan tanto el sujeto como la respuesta del otro, la bidireccionalidad.

***Interven-  
ción  
vincular e  
insight***

*César y María discuten en sesión.*

María: *Es la historia de siempre, estoy harta de limpiar el barro con el que entran del jardín. Soy la mucama de él y los varones, y ni siquiera les dice nada. Por lo menos podría decirle algo a los chicos. Las nenas son mucho más compañeras.*

César: (acerca su cuerpo provocativamente) *Escucháme, yo en general me fijo. Fue una vez, el domingo. Y además, no te vas a morir por limpiar un día el barro. Yo trabajo los seis días de la semana quince horas por día y no me quejo. El resto de la semana me estuve cuidando todo el tiempo y diciéndole a los varones. Vos misma el viernes me reconociste que estaba tratando de cambiar en esto. Y la verdad (cambia el tono y habla más suavemente) es que estoy mejor, y vos también ...Estamos mucho mejor (mirando al analista).*

María: (con voz chillona y penetrante) *no te quejás??!! ¡¡¡¡Por favor!!!.*

Analista: *Me doy cuenta de que están con bronca y con ganas de pelear, pero no sé si se dan cuenta de cómo uno irrita y provoca al otro. No sé, César si te das cuenta la prepotencia con que le acercás el cuerpo a María: sin que hables, solamente con acercártele así, tenemos pelea garantizada. Y no sé, María, se te das cuenta del tono mandón y autoritario con el que hablás.*

El trabajo sobre la bidireccionalidad, la opacidad del partenaire y el registro de estar incluidos en un entramado que sobredetermina la propia existencia, constituye un aspecto particular de la elaboración de la castración. Los

compañeros suelen venir a tratamiento separando artificialmente qué es "mío" y qué es "tuyo". Un trastorno sexual (por ej.: frigidez o impotencia) es "mío" o "tuyo": se desconoce que, además de ser un problema de uno de los miembros, es también un problema del partenaire y que los efectos en la vida de relación dependen de la reacción de ambos. Esto es también muy común en los que han realizado o realizan tratamiento individual. En muchos casos da la impresión de que el tratamiento individual ha exacerbado o exagera divisiones del tipo de "lo mío y lo tuyo" que, si bien tienen mucho de verdad, también pueden ser usadas al servicio de la omnipotencia.

Cuando en el trabajo terapéutico se logra un registro de la emocionalidad del partenaire y de la propia, así como de los intercambios que circulan en el vínculo y de su singularidad, se logra lo que llamo "sintonía validante". El trabajo adquiere un matiz peculiar en cuanto a la caída de la omnipotencia y el narcisismo: cada polo entiende más las significaciones del otro, lo que no significa aceptarlas ni compartirlas; se asume que la visión propia de las cosas no es absoluta; que las significaciones que predominan en uno son siempre singulares e idiosincráticas y las emociones diferentes de las que predominan en el otro; muchas discusiones dejan de tener lugar.

***Sintonía  
validante***

La intervención vincular, cuando logra su objetivo, produce en los sujetos una elaboración en parte diferente de la lograda en los tratamientos individuales. Se experimenta de una manera mas directa y vívida que el otro,

tanto como uno, es opaco, desconocido e imprevisible, experiencia que suele ser especialmente negada o desmentida en la pareja, dado su origen en el enamoramiento. A los miembros se les hace presente que el partenaire no es la imagen que de él/ella tienen. Una exteriorización frecuente de todos estos procesos son momentos de mayor silencio y dudas en sesión, de desconcierto frente a la extranjería del otro y de alivio, por disminuir la tensión derivada de la rabia narcisística. Se trata de una elaboración particular de la incompletud, los funcionamientos narcisistas, y la omnipotencia.

Volvamos a la pregunta con que arrancamos ¿para qué sirve una terapia psicoanalítica de pareja? Un problema que complejiza la evaluación de la utilidad de los tratamientos de pareja surge cuando este tipo de terapia debe ocuparse de situaciones que, en realidad, más que relacionales son individuales. En estas situaciones, el dispositivo vincular apenas sirve para replantear del enfoque, proponer una nueva mirada y encarrilar un nuevo modo de abordar las dificultades que motivan la consulta. Sin embargo, estas situaciones son consideradas por algunos como una demostración de la poca utilidad de las terapias de pareja.

*Los límites  
del  
dispositivo*

Josefa y Raúl ilustran, a mi juicio, un caso en que la terapia de pareja es posible que aporte muy poco, aunque ellos piden tratamiento. Tienen 55 años, 30 de casados y 3 hijos. Viven en crisis desde hace varios años. Raúl dice que vive pensando en si Josefa lo va a recibir sexualmente bien. Se reconoce muy dependiente de ella en el intercambio corporal. Josefa dice que vive pensando

si él la va a escuchar, si la va a tener en cuenta. Se reconoce muy sensible a cómo Raúl la incluye en su mundo. "No me integra a su vida".

Ambos tienen tratamientos individuales en los que, según dicen, hablan permanentemente de estas cuestiones.

Yo pienso que Raúl expresa la problemática del niño edípico que no ha aceptado renunciar al cuerpo de la madre; en él no está bien elaborada la interdicción paterna. Tampoco, por ende, se da el pasaje de la madre a otras mujeres. La transferencia conyugal es materna y tiránica. Tengo el panorama más confuso con Josefa. Pareciera no aceptar su exclusión de algún espacio (¿materno?, ¿paterno?, ¿escena primaria?). Su demanda a Raúl tiene el sello de la omnipotencia infantil y su desmesura; la transferencia conyugal también.

Ninguna de ambas problemáticas es apta para ser elaborada en el dispositivo de pareja y al mismo tiempo, los analistas individuales tampoco parecen poder hacer mucho. ¿Cómo seguir? Me temo que se trata de esas parejas que no pueden estar bien ni juntos ni separados. Seguramente ilustran un límite del dispositivo vincular y tal vez, también del individual.

Para pensar desde otra óptica, una poesía de Horacio Salas, la visión de un poeta sobre la utilidad de las terapias de pareja.

*La visión  
de un  
poeta*

*Terapia de pareja*

*Levantarle los bordes a alguna antigua herida  
y advertir que está intacta  
y que el puro recuerdo del dolor  
puede doler igual que el mismo golpe  
y que los maquillajes no fueron analgésicos  
darle un orden distinto a los ficheros  
otra mirada a las viejas películas  
comparar las afrentas desde orillas distintas  
sumergirse en el Riachuelo espeso del pasado*

*Y también la verdad  
la escurridiza.*

Horacio Salas

Obsérvese, entre otras cosas, que Salas es freudiano: pone el posible objetivo del lado de la verdad. Y jerarquiza, creo, la posibilidad de reordenar ficheros y comparar perspectivas. Pero su visión no es optimista respecto del dolor psíquico: no parece que la terapia de pareja esté del lado de alguna analgesia o de algún aligeramiento de la angustia. Seguramente que esto tiene mucha relación con la gran cantidad de interrupciones imprevistas de estos tratamientos.

*Julio de 2006*

## BIBLIOGRAFÍA:

Kaës R. (1993) El grupo y el sujeto del grupo. Buenos Aires: Editorial Amorrortu. Argentina.1995.

Lemaire J. (1979) La pareja humana. México: Fondo de Cultura Económica.1986.

Spivacow Miguel A. (2005) Clínica psicoanalítica con parejas. Entre la teoría y la intervención. Buenos Aires: Ed. Lugar. 2005.

## Resumen:

Se discute la cuestión de la utilidad de las terapias de pareja de orientación analítica, los objetivos a que pueden aspirar, las posibilidades y límites del dispositivo utilizado y el tipo de conocimiento de sí y del otro que se propone y que justifica este tipo de abordaje terapéutico ("sintonía validante").

Se presenta el concepto de transferencia conyugal y se lo discute en relación al modo en que se va dando el proceso de cambio psíquico en la terapia psicoanalítica de pareja.

## Descriptores:

Terapia psicoanalítica de pareja

Utilidad

Crisis

Curación

Objetivos terapéuticos

Resultados terapéuticos



Cambio psíquico

Transferencia conyugal

Sintonía validante

Intervención vincular.