

**Relational psychoanalysis and systemic individual psychotherapy:
Relational matrix**

Juan Miguel de Pablo Urban^a

^aCOOPERACIÓN, Instituto de Formación Sistémica.

Historia editorial

Recibido: 15-02-2023
Primera revisión: 30-08-2023
Aceptado: 02-04-2024

Palabras clave

psicoanálisis relacional,
psicoterapia individual
sistémica, matriz relacional,
integración en psicoterapia.

Keywords

relational psychoanalysis,
systemic individual
psychotherapy, relational
matrix, psychotherapy
integration.

Resumen

En el presente artículo se desarrolla un concepto fundamental donde es posible observar la confluencia entre el psicoanálisis relacional y la psicoterapia individual sistémica, concretamente el que hace referencia a la matriz o trama relacional como sustrato desde el que se construye la personalidad y la identidad de cada individuo. Igualmente, se analizan las modalidades de intervención psicoterapéutica en base a estos presupuestos en ambos abordajes. Este concepto se conecta, además, con otros ejes fundamentales del proceso de convergencia, como son: la presencia de un encuadre común desde la epistemología de la posmodernidad, la importancia de la despatologización y normalización en torno al concepto de enfermedad mental, o el cambio en la posición del terapeuta.

Abstract

This article develops a fundamental concept that helps to see the confluence between Relational Psychoanalysis and Systemic Individual Psychotherapy, specifically when considering the Relational Matrix or Weft as the background where personality and identity of every individual are constructed. It furthermore analyzes different modalities of psychotherapeutic intervention based on these presuppositions in both approaches. It also connects the concept to other fundamental axes of this convergence process, as for example: the presence of a common frame that shares the epistemology of postmodernity, the relevance of depathologization and normalization surrounding the concept of mental illness, or the change in the position of the therapist.

Existen trabajos dedicados a las confluencias conceptuales entre el psicoanálisis relacional y la psicoterapia individual sistémica, concretamente De Pablo (2021) profundizó en dos aspectos concretos de este proceso, a saber: el marco epistemológico derivado de la posmodernidad y la conceptualización en torno a la salud y la enfermedad mental.

Resultante del análisis de estas cuestiones, se llega a la conclusión de cómo la aparición de las tesis posmodernas, a través del construccionismo social, de la epistemología del observador, del pensamiento complejo, de lo narrativo y lo dialógico, ha permitido conjugar un lenguaje común donde es posible acercar visiones y conceptos, anteriormente dispares y antagónicos, entre ambos abordajes psicoterapéuticos. Igualmente, en el citado artículo, se exponen múltiples críticas al concepto de salud/enfermedad mental procedente del modelo médico, concretamente en referencia a las consecuencias del etiquetado diagnóstico y a sus perniciosos efectos. Se denuncia el abuso farmacológico en salud mental y se describe el cambio de visión de los profesionales en torno a los trastornos emocionales, abandonando la centralidad de la idea de enfermedad mental y reformulándola como el fruto de las crisis individuales y familiares que aparecen dentro del contexto relacional y social particular donde se insertan y se han construido.

En esta misma línea de análisis, se quiere incidir ahora en otro aspecto de importancia que refleja esta confluencia y este acercamiento disciplinar en psicoterapia. Concretamente a la importancia de lo relacional como el elemento medular de ambos abordajes.

Es preciso señalar, de forma previa, algunas reflexiones que refuerzan la importancia de este tipo de trabajos en torno a la integración de modelos y perspectivas en psicoterapia. Por ejemplo, Montesano (2012) insiste en que resulta necesario: “que los autores del modelo sistémico aumentaran el grado de integración con otros modelos terapéuticos de corte individual” (Montesano, 2012, p. 12); y utiliza para ello, como ejemplos destacados, las propuestas de Ugazio (1998) sobre las polaridades semánticas, el modelo de integración de Dallos (Vetere y Dallos, 2009) de la terapia narrativa y la teoría del apego, el modelo de Procter (1991) acerca del sistema de constructos familiares y, cómo no, las aportaciones de Boscolo y Bertrando (1996), Canevaro (2010) y De Pablo (2018) en el trabajo de psicoterapia indi-

vidual desde el punto de vista sistémico. En el enfoque sistémico, uno de los retos actuales está, entre otras variadas opciones, en la integración de lo individual (lo intrasubjetivo) y de lo emocional en la construcción del modelo teórico y de intervención.

Por su parte, desde el psicoanálisis, se ha requerido un esfuerzo por salir de lo intrapsíquico y lo intrasubjetivo para potenciar lo relacional, lo interaccional, como los propios autores que representan el psicoanálisis relacional propugnan. Estos abordajes psicoanalíticos acogidos al “nuevo paradigma” quedarían organizados, en palabras de Ávila y colaboradores (2002), en torno a una metáfora central: “Un campo o sistema relacional amplio en el que los fenómenos psicológicos cristalizan, y en el cual la experiencia es continua y mutuamente compartida y se organiza de forma recíproca” (Ávila et al, 2002, p. 167).

En este caso estamos hablando de las perspectivas más relacionales del psicoanálisis, en sus múltiples versiones: el psicoanálisis relacional (Mitchell, Greenberg, Foshage y Wachtel), el psicoanálisis intersubjetivo (desde Ferenczi hasta Winnicott o Bowlby) y el psicoanálisis vincular (de Pichón-Rivière a Ávila Espada), sin entrar a mencionar otros autores que se han mostrado convencidos por estos planteamientos y se han acercado de formas diversas a sus presupuestos. En el caso de las tres lecturas psicoanalíticas mencionadas (relacional, intersubjetiva y vincular) (Ávila et al, 2002), podemos afirmar que “estos modelos se originan y desarrollan en el campo intersubjetivo del paciente con sus figuras de apego y cuidado infantil, y se actualizan y transforman en sus relaciones actuales y en la relación terapeuta-paciente” (Ávila et al, 2002, p. 171). En el psicoanálisis relacional, por tanto, lo que acontece en los individuos y lo que se construye y organiza en el inconsciente nace, se desarrolla y se modifica en contextos intersubjetivos, el proceso terapéutico y el mismo objeto de la intervención analítica se sitúa en la relación paciente-terapeuta.

Aunque se pueden describir importantes diferencias entre las propuestas de intervención terapéutica del psicoanálisis relacional y de la psicoterapia individual sistémica, el objetivo principal de este artículo, se focaliza en incidir en los inestimables puentes conceptuales que permiten un entendimiento y una visión integradora que, a pesar de los elementos disímiles existentes, facilitan un acercamiento enriquecedor.

Por todo lo anteriormente expuesto, se va a profundizar en un aspecto fundamental donde se observan destacadas concordancias, concretamente en la importancia de la matriz

VISIÓN DE LO RELACIONAL COMO MATRIZ PRIMORDIAL

En la visión modernista, se podía entender que lo identitario (la personalidad, el “yo”, el *self*, quien somos), consiste en una instancia dinámica, en parte innata y en parte aprendida, ubicada en el “interior” del sujeto, que se va conformando a lo largo del tiempo a través de la experiencia. Sería válido explicarla como fruto de un aprendizaje progresivo (racional, emocional y social), en un proceso adaptativo a las realidades con las que el sujeto se encuentra a lo largo de la vida, algo que va conformándose día a día, mediante múltiples interconexiones -cada vez más complejas- que se establecen y que terminan, al final, formando un *ens* (un ente, algo que es en el sujeto), que existe con unas características propias e idiosincráticas, en parte modificables pero con notables tendencias recursivas en su funcionamiento.

En el posmodernismo, esa instancia o ente aparece diluida, deja de tener una ubicación fija y ya no se entiende situada en el interior del sujeto. Ahora se la enmarca fuera, en el espacio relacional, en el espacio virtual que existe entre las personas en relación. Es así porque son estas relaciones y las narraciones que en estas se coconstruyen a través del lenguaje, quienes terminan armando una trama de relatos variados que coexisten y se nutren en las relaciones que mantenemos con los demás, una polifonía altamente mutable. Este nuevo acercamiento propone lo identitario, lo que somos, más como el reflejo de una matriz o trama de relaciones, altamente resonante en las interacciones con los otros y, en la aportación narrativa, como un proceso de construcción de sentido de sí. La propuesta destaca la importancia de la construcción social como fundamento esencial del proceso y se diluyen las influencias de los elementos innatos o biológicos.

En esta última perspectiva es donde se reencuadra conceptualmente la construcción de la personalidad y de la identidad de los individuos en ambos abordajes. Los planteamientos de los modelos relacionales, tanto en el psicoanálisis relacional (ya aquí en todas sus variantes) como en la perspectiva sistémica individual, inciden en la importancia de lo intersubjetivo y de lo relacional como espacios donde nace y se desarrolla lo identitario en cada sujeto.

El psicoanálisis relacional mantiene que los individuos se han conformado desde una matriz de relaciones (Mitchell, 1988). No funcionamos como un conglomerado de impulsos de origen orgánico (pulsiones), como defendía el psicoanálisis clásico, sino que el proceso personal de cada individuo se debate entre el mantenimiento de los nexos y conexiones con las personas emocionalmente significativas de nuestro entorno y, a la par, en la necesidad de diferenciarse y tener una voz independiente y separada de los otros; tesis que podemos reconocer también en muchos autores de la terapia familiar sistémica, especialmente en los defensores de las tesis transgeneracionales. En palabras del propio Mitchell:

La mente, que se consideraba un conjunto de estructuras predeterminadas que surgían del interior de un organismo singular, ha recibido una nueva definición y ahora se cree que constituye modelos de transacciones y estructuras internas derivadas de un campo interactivo e interpersonal (Mitchell, 1988, p. 29).

De ahí que Velasco defina al psicoanálisis relacional como “una forma de psicoterapia que explica la dinámica intrapsíquica en su ámbito natural de origen y evolución: la intersubjetividad, o la amplia trama de relaciones que constituyen y en la que se despliega la subjetividad” (Velasco, 2009, p. 59).

En síntesis, se conforma una propuesta basada en la importancia de lo relacional y lo intersubjetivo, y de ahí se orienta hacia la construcción de significados derivados de las relaciones con las personas emocionalmente significativas (la familia), a las narrativas insertas en sus miradas y en sus voces, construyéndose la identidad del individuo dentro de la trama social donde ha nacido, habita y se nutre. En definitiva, por tanto, también la cura y el crecimiento emocional del sujeto en crisis, es decir, la terapia, está sustentada en lo relacional y lo emocional, en el establecimiento de una relación aseguradora y en el desarrollo de un proceso que permita la necesaria redefinición identitaria y la relectura y resignificación de los acontecimientos y las relaciones que el individuo vive.

En el caso de la psicoterapia sistémica, se ha de recordar que una de sus grandes aportaciones originales, en los inicios del movimiento familiar a mediados del siglo XX, consistió en el abandono de la visión individual e intrapsíquica de las propuestas psicoanalíticas

para poner el acento en los modos de relación y comunicación de los diferentes miembros del sistema familiar, y de éste dentro de un entorno social determinado. De ahí que la focalización de la observación y de la intervención del profesional se centrara, no tanto en el individuo sintomático o en el “paciente identificado”, sino en las pautas transaccionales y de interacción que regían en el marco de relaciones, dentro del sistema de referencia al que el paciente pertenecía, abandonándose la causalidad lineal original por una causalidad circular. El individuo quedaba invisibilizado en favor de la familia y del sistema relacional en el que se encontraba sin inserto.

Sin embargo, transcurrido el tiempo, se produjo un significativo giro epistemológico que llegó empujado por las nuevas corrientes posmodernas, conformándose y cristalizándose especialmente en los denominados enfoques narrativos. Una muestra de esto la encontramos en la editorial de la prestigiosa revista *Family Process*, en 1995, donde Peter Steinglass confirma cómo el enfoque narrativo en la terapia familiar, había captado plenamente el interés de los profesionales, reflejándose en el hecho de que los artículos que representaban esta modalidad de trabajo representaban, en aquellos momentos, el mayor número de presentaciones en la revista (Bertrando, 2000, p. 83). A la par, este interés hacia lo narrativo, produce un nuevo viraje en la orientación de los profesionales de la psicoterapia de los enfoques sistémicos, dejando más de lado a la familia y al sistema como centro de atención, dirigiéndose ahora de nuevo hacia el individuo. Este movimiento provocó reacciones contrarias como, por ejemplo, la famosa crítica de Salvador Minuchin (1988) -que también Maurizio Andolfi (2000) hace suya-, recogida en el artículo *¿Dónde está la familia en la terapia familiar narrativa?*, en el que, tras un cuidada observación sobre la práctica de algunos conocidos terapeutas (entre ellos Insoo Kim Berg y Karl Tomm), llega a afirmar que la unidad de observación, y el máximo interés para el terapeuta posmoderno (aunque se considere a sí mismo un terapeuta familiar), se dirige al individuo en lugar de a la familia o a la pareja (Duero, 2005).

La primera conclusión a la que se puede llegar es que, tanto el psicoanálisis relacional como la psicoterapia relacional sistémica, entienden que la unidad de observación no es ya el individuo aislado o la familia sino el individuo en relación. El psicoanálisis relacional señala como unidad mínima de observación a la díada (el *two-person* de Paul Wachtel), y en

el enfoque sistémico se amplía muy acertadamente a la tríada. Ciertamente, en el formato de la psicoterapia individual, se pone el foco de atención en las relaciones del paciente con los otros, ya sea diádicamente, ya sea incluyendo al tercer elemento con el que se hayan establecido las correspondientes triangulaciones. Recordemos que el triángulo es de especial importancia para muchos de los autores pioneros en el abordaje sistémico –a destacar Murray Bowen, Jay Haley y Salvador Minuchin–.

En ambos enfoques, se constata que las relaciones originales con las familias de origen, son el sustrato donde habitualmente se empezaron a construir los patrones relacionales y que las relaciones actuales son el espacio y el lugar para visualizarlos, representarlos, repetirlos y/o generar los cambios que se consideren pertinentes u oportunos.

¿Qué implica aceptar los presupuestos que se han descrito con anterioridad? Que existe un interés común en integrar los aspectos intrasubjetivos y los aspectos intersubjetivos, ya que lo intrapsíquico se entiende que surge de la internalización, construcción e introyección de la experiencia interpersonal del individuo, consistiendo, a la postre, en la conformación de unos determinados patrones relacionales, característicos e idiosincráticos de cada sujeto. Este juego entre lo intrasubjetivo y lo intersubjetivo, en continua recursividad, como un proceso natural dinámico constructivo, es la base en la que coinciden ambas perspectivas.

Los/as psicoterapeutas que se autodenominan relacionales no tienen porqué olvidar los aspectos corporales, fisiológicos y temperamentales, pero el conflicto no surge entre la pulsión y la defensa (tesis del psicoanálisis clásico) sino entre configuraciones relacionales opuestas o contradictorias. Dicho de otro modo, el conflicto surge entre las demandas de lealtad del sistema familiar (Boszormenyi-Nagy y Spark, 1973), con sus modos de funcionamiento impuestos y con sus particulares estilos de apego; y las necesidades individuales de diferenciación, crecimiento emocional y social que, por una u otra razón, entran en conflicto con las primeras; tesis básica abundantemente defendida en los modelos transgeneracionales de la terapia familiar (Bowen, Framo, Boszormenyi-Nagy o Andolfi).

Un aspecto importante de la importancia de lo intrasubjetivo, habitualmente despreciado en muchas de las corrientes sistémicas más puras y clásicas, tiene que ver con la preponderancia en el trabajo psicoterapéutico de los elementos narrativos en las nuevas modalidades de intervención de los enfoques sistémicos (enfoques narrativos y dialógicos).

Por un lado están quienes siguen fehacientemente sus nociones fundantes y se apegan a la rigurosidad sistémica, y por otro, quienes han logrado avanzar –incluso con el temor de traicionar sus bases– hacia nuevas lecturas y horizontes teóricos. Esta última postura o enfoque se atreve, con la influencia del modelo narrativo (White, 1993) y de las perspectivas que apuntan hacia el sentido y la singularidad (Pakman, 2011; Varela, 2000), a volver a considerar el sujeto y la subjetividad; problema abandonado por la primera sistémica en sus esfuerzos por construir una alternativa a la comprensión individualista del malestar psicológico llevado a cabo por psicoanalistas (Gerstle, 2014, p. 16).

La terapia narrativa destaca cómo las relaciones emocionalmente significativas son las que, con mayor probabilidad, configuran determinadas creencias que permiten la construcción de determinados mapas del mundo, de la construcción de relatos, a través de los cuales, cada sujeto interpreta las experiencias interpersonales que le acontecen y las dota de significado. De esta misma forma, estas tramas construidas son las que van a facilitar el proceso de toma de decisiones en función de las atribuciones y de la lectura que se realiza a través de ellas. Desde esta perspectiva, lo intrapsíquico, aunque entendido como interrelacional, adquiere una importancia notable y se convierte en objetivo principal del trabajo en la consulta de psicoterapia.

Ambas perspectivas sostienen que los padres se convierten en puntos de referencia esenciales del niño porque a través de ellos, “se van forjando y, a su vez, jerarquizando, ciertos modos privilegiados de interacción, de sentirse existir o contar para el otro, de sentirse valioso, de construir las motivaciones” (Lieberman, 2014, p. 141). Finalmente se van armando una serie de patrones de relación que se fijan y repiten en las futuras relaciones que se establecen, con los pros y contras que contengan.

Entre los psicoanalistas ingleses pertenecientes al llamado *middle group* (Winnicott y Fairbairn entre otros) –psicoanalistas del yo no alineados con Anna Freud ni con Melanie Klein en su histórica controversia–, así como entre los analistas de la llamada Escuela Sociológica de Washington en Estados Unidos (Sullivan, Horney, Fromm y otros), estaba ya esbozada esta perspectiva. Por ejemplo, para Fairbairn,

los seres humanos tendemos a repetir un cierto patrón relacional: buscamos y conservamos una determinada manera de relación con otros, similar a aquella que establecimos con cuidadores o personas que fueron significativas para nosotros. Desde esta mirada, entonces, la forma que toma ese otro es el eje central de la vida psíquica del individuo” (citado en Marín Posada, 2014, p 133).

Desde estas fuentes, cuyo primer portavoz (1932) fue el psicoanalista húngaro Sandor Ferenczi (1985), crece lo que, posteriormente será bautizado como “psicoanálisis relacional”, con representativos autores de la talla de Stephen Mitchell y Jay Greenberg (los que así denominaron al modelo en 1983), James Fosshage, Hans Loewald y Paul Wachtel, entre muchos otros. Sirva como ejemplo de sus tesis, lo que manifestaba Loewald (1960):

Los nuevos estímulos al desarrollo del self pueden estar íntimamente conectados con esos redescubrimientos “regresivos” de uno mismo, que ocurren con el establecimiento de nuevas relaciones de objeto; y esto significa: nuevo descubrimiento de “objetos”. Y digo nuevo descubrimiento de objetos, y no descubrimiento de nuevos objetos, porque lo propio de estas nuevas relaciones de objeto es la oportunidad que ofrecen para redescubrir las huellas tempranas del desarrollo de las relaciones objetales, que conducen a un nuevo modo de relacionarse con los objetos tanto como de ser y de relacionarse con uno mismo (Loewald, 1960, p. 161-162).

Se insiste en la importancia de las relaciones actuales como fórmula a través de la cual, se pueden resignificar situaciones y modificar en alguna medida algunos de los patrones relacionales que el sujeto mantiene. Si acudimos a Wachtel (2008), nos aclara mucho más la cuestión a través de lo que él llamó “psicodinámica cíclica”, donde defiende como planteamiento general, la necesidad de focalización del terapeuta en cómo romper esa compulsión a la repetición que está presente en las relaciones humanas, permitiendo la resignificación y reconstrucción de las experiencias relacionales para así facilitar una mayor libertad en los individuos, reduciendo el sufrimiento que esos patrones y lecturas reiterativas comportan.

Desde el punto de vista de la teoría psicodinámica cíclica, el mundo interno (...) (incluyendo las murallas y disociaciones) es continuamente configurado y reconfigurado por los mismos acontecimientos que contribuye tan poderosamente a producir. La estructura de la causalidad es circular, las inclinaciones internas llevan a acciones en el mundo que conducen a consecuencias que retroalimentan y –más frecuentemente– mantienen aquel mundo interno, llevando al mismo círculo de acontecimientos una y otra vez. El ciclo repetitivo no es inevitable– es más, una terapia efectiva tiene su impacto precisamente en la ruptura de ese círculo vicioso. Pero una diversidad de fuerzas y probabilidades psicológicas son responsables de que la repetición o, a lo sumo, cambios relativamente menores, sean el resultado más común (Wachtel, 2020, p. 16).

Inciendo en el tema narrativo como elemento integrador, podemos encontrar en el mismo Wachtel (2008) una crítica a determinados usos de la técnica de la interpretación psicoanalítica más ortodoxa, es decir, a su utilización como fórmula para confrontar las defensas del paciente o como elemento para la consecución del *insight*; Wachtel plantea una alternativa al trabajo interpretativo –que él llama atribucional– donde lo que se pretende es generar narrativas de posibilidad en el paciente antes que narrativas explicativas. Es decir, facilitar en el paciente la sensación de poder ser escuchado y aceptado, antes que ser confrontado y cuestionado; facilitar la experiencia de agencia en su propia vida y de la propia capacidad de sujeto para reconocer sus estados emocionales para, de esta forma, encontrar alternativas válidas. Este tipo de trabajo engrana perfectamente con muchas de las aportaciones realizadas en los trabajos de terapeutas familiares como Michael White, David Epston, o, en algunos aspectos parciales de ella, con Steve De Shazer o Willian Hudson O’Hanlon.

En definitiva, lo relacional es algo más que la suposición de que nos construimos en las relaciones originales y a lo largo de nuestra vida. Podemos afirmar, dando un paso más allá, que: “esta idea presupone que el individuo no es la unidad de estudio más apropiada para estudiar al hombre en su ‘estado natural’, sino que el hombre ‘es’ en la interacción, ‘es’ en el vínculo” (Lieberman, 2014, p. 80-81).

Desde la perspectiva de los terapeutas sistémicos, el movimiento que se ha venido produciendo es inverso. Siempre estuvo en posición central y en primera línea la visión re-

lacional, mientras que lo intrasubjetivo y lo individual quedaba invisibilizado. Los avances, en este caso, se produjeron en dirección opuesta, es decir, de forma progresiva y paulatina se fueron acercando a la incorporación de una visión más individual e intrasubjetiva. Es evidente y muy claro cuando observamos este proceso en, por ejemplo, la Escuela de Milán. Los profesionales de la escuela milanesa, con Mara Selvini-Palazolli a la cabeza, son quienes mejor lo representan.

Mara Selvini, al final de su carrera profesional, relata la evolución de la escuela de Milán a través del tiempo y critica los modos esencialmente estratégicos de sus inicios. Manifiesta el abandono de las sesiones familiares como contexto único de intervención, incorporando una perspectiva flexible y más atenta con las necesidades individuales, y combinan sesiones familiares, sesiones de la pareja parental y sesiones con hermanos, con sesiones individuales, en paralelo, si el paciente lo demandaba o aceptaba la posibilidad de ser atendido a solas (Selvini, 1990). En esta misma línea, Mateo Selvini (2000 y 2001), presenta diversos artículos, ubicados plenamente en este proceso dirigido a reivindicar, por fin, los aspectos intrasubjetivos y la atención en formato individual.

Dentro de la terapia familiar, en cambio, los autores transgeneracionales siempre tuvieron presente la conexión de lo relacional en interconexión con lo intrasubjetivo, con lo intrapsíquico. El mejor ejemplo se puede encontrar en los fundamentos teóricos y en la explicación que James Framo (1992) presenta de su trabajo con la familia de origen en parejas y en su constante mención y referencia a los trabajos de Fairbairn.

Estos planteamientos de la terapia familiar original, y de sus influencias psicoanalíticas en los primeros años, también han sufrido modificaciones y han evolucionado. Ahora los aspectos relacionados con la conformación de lo identitario desde la construcción social y la narrativa siempre aparecen presentes en las diversas propuestas teóricas y clínicas; Linares (2012) afirma que:

la familia de origen es, con mucha diferencia, el sistema relacional de mayor relevancia en lo que a la construcción de la personalidad se refiere, puesto que en ella se producen los intercambios más influyentes sobre el desarrollo narrativo e identitario,

sin que suponga entender que sean los únicos sistemas relacionales que estarán presentes en el desarrollo de los individuos.

Regresando al movimiento psicoanalítico, es preciso recordar que el advenimiento de la perspectiva relacional, ha supuesto reconocer y analizar las importantes diferencias que se presentan respecto a la visión del psicoanálisis freudiano clásico. Por ejemplo, la reconocida psicoanalista Donna Orange (2011 y 2013), que ha colaborado con interesantes aportes teóricos del ámbito psicológico y filosófico para el desarrollo de los enfoques intersubjetivos y de la psicoterapia en general, plantea en su libro *El extraño que sufre, actitudes para la comprensión y la respuesta clínica cotidiana*, lo siguiente:

Nos hemos apartado en gran medida del psicoanálisis de Freud basado en la ciencia natural cuyas “interpretaciones” explicaban al paciente sus complejos y conflictos basados en los instintos. El analista solía ser la silente y distante autoridad experta en los conflictos inconscientes del paciente sobre el sexo y la agresión, el arqueólogo excavador de las profundidades. Ahora, en cambio, la mayoría trabajamos dialógicamente, esperando entender mejor el sufrimiento a través de su trasfondo en la experiencia intersubjetiva vivenciada en vez de explicar o traducir los contenidos “mentales” inconscientes (Orange, 2013, p. 4).

Llegamos entonces a una confluencia evidente porque, lo que es propio del psicoanálisis relacional, es el interés por lo intrapsíquico y lo interpersonal, que se determinan mutuamente, considerando que lo intrasubjetivo es producto de la internalización de las experiencias relacionales interpersonales (Ávila, 2009), y en la forma en cómo han sido asimiladas. “El funcionamiento de la mente humana se juzga, por tanto, constituido por la continuada interacción del mundo interno y el mundo externo, la realidad y la fantasía, con una visión enteramente distinta a la de un ambientalismo ingenuo” (Coderch, 2012, p. 128).

En síntesis, lo que se fundamenta como sustento principal en la construcción identitaria, son las experiencias relacionales de los individuos. Es, como se ha venido señalando, en las relaciones con los demás, donde se vienen a conformar determinados patrones relacionales, en base a las interacciones con las figuras emocionalmente significativas (básicamente los padres), con los estilos propios de apego presentados; y que se articularán a la postre

como los modelos vinculares generales y predominantes que se mantienen en la vida adulta y se perpetúan en la repetición relacional con otras personas. Dice Mitchell (1988): “

Es posible ver todo fenómeno psicodinámico dentro de una matriz relacional multifacética que toma en cuenta la auto-organización, el apego a los otros (“objetos”), las transacciones interpersonales y el rol activo del analizando en la recreación continua de su mundo subjetivo (Mitchell, 1988, p. 8).

La modificación de estos patrones se produce gracias al hecho de que, en nuevos marcos relacionales, se pueda experimentar a las personas, y a las relaciones que mantenemos con ellas, de una forma diferente, confrontándose así con las experiencias originales mantenidas con las figuras primordiales. Estas nuevas oportunidades para vivir las relaciones, así como las experiencias emocionales derivadas de ellas, permiten una co-construcción en el espacio terapéutico y, de esta forma, pueden desplazarse a un segundo plano las experiencias relacionales antiguas vividas de forma recursiva y restrictiva, dando espacio para nuevos modos de relación y para el establecimiento de nuevos significados y sentidos.

Desde el psicoanálisis relacional se entiende, en palabras de Coderch (2012) que, esencialmente:

El cambio psíquico (...) se alcanza mediante la elaboración, por parte del paciente, de las interpretaciones que le ofrece el analista acerca de sus fantasías inconscientes expresadas primordialmente en la relación transferencial, y también en la relación con otras personas de su entorno, por lo cual hablamos de interpretaciones transferenciales e interpretaciones extratransferenciales (Coderch, 2012, p. 104).

Podemos entender en este aspecto, como una diferencia constatable entre los dos abordajes, que mientras en la psicoterapia individual sistémica se incide en las relaciones extratransferenciales del paciente, ya sea con miembros de la familia de origen (padre y madre) o con la pareja, los hijos y otras personas emocionalmente significativas de la vida del paciente, analizándose así las triangulaciones presentes, sus efectos y patrones repetidos; en

48 el psicoanálisis relacional se apuesta esencialmente por el trabajo transferencial y contra-transferencial que se produce en el transcurso de las sesiones de psicoterapia entre paciente y analista. Hablamos de una diferencia sobre dónde incidir para observar, analizar y revisar los patrones relacionales.

En ambos abordajes se pueden trabajar los dos tipos transferenciales, porque el analista relacional no se priva de trabajar las relaciones extratransferenciales que el paciente relata durante la sesión, al igual que, el psicoterapeuta sistémico, no pasa por alto las reacciones transferenciales y contratransferenciales que se producen *in situ* durante la sesión, entendiendo que éstas van a poder ser trabajadas y permitir al paciente reconocerse y resituarse. En palabras de Mitchell (2000), el cambio analítico no se explica como algo intrapsíquico sino que se inicia “por cambios en el campo interpersonal entre el paciente y el analista, en la creación conjunta y de forma interactiva de nuevas pautas relacionales que se internalizan a continuación, generando nuevas experiencias, tanto en soledad como con los otros” (Mitchell, 2000, p. 70). Lo que podemos ampliar afirmando que, el cambio intrapsíquico, se puede iniciar por cambios en el campo interpersonal entre el paciente y las personas de su entorno. Estos cambios son circulares y se amplifican desde uno de los ámbitos hacia el otro (intra-sesión - intersesión). La diferencia radica, pues, en qué aspectos sobrecae predominantemente el peso de la intervención terapéutica en cada caso.

En la psicoterapia individual sistémica se puede incluir a la persona del terapeuta, a la relación que se establece entre paciente y terapeuta, a los acontecimientos relacionales que se producen durante las sesiones entre ambos, como una forma más en la que aparecen y se despliegan esos patrones construidos (De Pablo, 2018). Queda claro que, en el caso de la psicoterapia sistémica, y en particular en su formato individual, no se busca expresamente el trabajo de la transferencia. En palabras de Canevaro (2010): “la transferencia tradicional es desalentada y se trabaja más bien sobre las relaciones en el *hic et nunc*, tratando de invitar a estos personajes significativos a sesión para entender o intentar rearmonizar las relaciones disfuncionales” (p. 28).

En ambos abordajes se requiere que el paciente se reexperimente en las relaciones con los otros (padres, madres, terapeutas, hijos e hijas, amigos, compañeros), porque desde estas nuevas experiencias relacionales revisadas se generarán, como es obvio, nuevas posi-

bilidades de resignificación de los acontecimientos vividos en la historia del paciente, de su posición ante los demás y de su capacidad para cambiar y mejorar su posición en el mundo.

CONCLUSIONES

Se puede concluir que, tanto en los enfoques del psicoanálisis relacional como en los abordajes sistémicos, especialmente en formato individual, es posible encontrar importantes concordancias que posibilitan un trabajo integrador. Se puede destacar como elemento medular, la referencia a la matriz relacional (Stephen Mitchell) como espacio donde se conforman los patrones relacionales que van a modular y construir nuestras relaciones con los otros y que, además, van a persistir a lo largo de la vida. Estos patrones, aunque nacidos en las relaciones originales con las personas emocionalmente significativas de las familias de origen (padre y madre en especial), van a estar sujetos continuamente a la posibilidad de ser resignificados, revisados y modificados a lo largo de la vida, sobre todo a través de las relaciones posteriores que se vayan estableciendo; ya sean con otras personas significativas del entorno (parejas, hijos) como con los profesionales a los que se acuda para un proceso psicoterapéutico.

El trabajo terapéutico incide en las relaciones transferenciales-contratransferenciales así como en las relaciones extratransferenciales, siendo este el eje primordial, pero no exclusivo, de todas las intervenciones psicoterapéuticas. Las primeras, transferencia-contratransferencia, son el foco principal en el trabajo del psicoanálisis relacional y, las segundas, las extratransferenciales, en la psicoterapia individual sistémica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andolfi, M. (2000). Terapia sistémica con la familia e l'individuo. *Rivista di Psicoterapia Relazionale*, 11.
- Ávila, A.; Bastos, A.; Castelo, J.; García-Valdecasas, S.; Gasparino, A.; Pinto, J.M.; Rubí, M.L.; Viada, A.; Vivar, P. y Aburto, M. (2002). Reflexiones sobre la potencialidad transformadora de un psicoanálisis relacional. *Intersubjetivo*, 2, 155-192.

- 50 Ávila, A. (2009). La psicoterapia psicoanalítica relacional: Conceptos fundamentales y perspectivas. *Simposio Interpsiquis 2009, 10º Congreso Virtual de Psiquiatría: “La perspectiva relacional en psicoterapia psicoanalítica”*. <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/la-psicoterapia-psicoanalitica-relacional-conceptos-fundamentales-y-perspectivas/>
- Bertrando, P. (2000). Texto y Contexto: narrativa, posmodernidad y cibernética. *Journal of Family Therapy*, 22, 83–103.
- Boscolo, L. y Bertrando, P. (1996). *Terapia sistémica individual*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Boszormenyi-Nagy, I. y Spark, G.M. (1973). *Lealtades invisibles; Reciprocidad en terapia familiar intergeneracional*. Buenos Aires: Amorrortu (1994).
- Canevaro, A. (2010). *Terapia individual sistémica con la participación de familiares significativos*. España: Morata (2012).
- Coderch, J. (2012). *La relación paciente-terapeuta. El campo del psicoanálisis y la psicoterapia psicoanalítica*. Barcelona: Herder.
- De Pablo, J.M. (2018). *Psicoterapia individual desde una perspectiva sistémica integradora*. España: Letrame.
- De Pablo, J.M. (2021). Psicoanálisis relacional y psicoterapia individual sistémica: Epistemología y psicopatología. *Revista de Psicoterapia*, 32(120), 71-88. <https://doi.org/10.33898/rdp.v32i120.848>.
- Duero, D.G. (2005). Psicoterapia, lenguaje y realidad: algunos supuestos epistemológicos que subyacen a las prácticas psicoterapéuticas familiares. En H., Faas, A., Saal, y M., Velasco, M. (Eds.) *Epistemología e Historia de la Ciencia*. Vol. 11. Tomo 1. Córdoba: Universidad Nacional de Córdoba.
- Ferenczi, S. (1985). *Sin simpatía no hay curación*. El diario clínico de 1932. Buenos Aires: Amorrortu.
- Framo, J. (1992). *Familia de Origen y Psicoterapia*. Barcelona: Paidós (1996).
- Gerstle, V. (2014). *Psicoterapia Sistémica Relacional Hermenéutica: Hacia una reflexión de la relación y la constitución subjetiva en la Terceridad Sistémica*. Tesis de Grado, Universidad de Chile. Recuperado en: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/135481/Gerstle%2C%20V.%20-%20TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1>

- Lieberman, A. (2014). Interacción y proceso psicoanalítico. *La contribución de Stephen A. Mitchell*. Tesis doctoral. Universidad Autónoma de Madrid. https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/661867/liberman_isod_ariel.pdf?sequence=1
- Linares, J.L. (2012). *Terapia familiar ultramoderna*. Barcelona: Herder
- Loewald, H. (1960). Sobre la acción terapéutica del psicoanálisis. *Revista de la Sociedad Argentina de Psicoanálisis*, 13, 2009.
- Marín Posada, S. (2014). Stephen Mitchell y el paradigma relacional en psicoanálisis. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 6 (1), 125-140.
- Minuchin, S. (1988). ¿Dónde está la familia en la terapia familiar narrativa? En S., Minuchin. Where is the family in narrative family therapy? *Journal of Marital and Family Therapy*, 24, 397-403.
- Mitchell, S.A. (1988). *Conceptos relacionales en el psicoanálisis: una integración*. Siglo XXI.
- Mitchell, S.A. (2000). Relationality: From attachment to intersubjectivity. The Analytic Press. Reseña de: Levinton, N. (2001): Relacionalidad: Del apego a la intersubjetividad. *Revista Aperturas*, n.º 9. <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=185>
- Montesano, A. (2012). La perspectiva narrativa en terapia familiar sistémica. *Revista de Psicoterapia*, 89, 5-50.
- Orange, D.M. (2011). *The suffering stranger: hermeneutics for everyday clinical practice*. New York: Routledge/Taylor & Francis Group.
- Orange, D.M. (2013). El extraño que sufre: Actitudes para la comprensión y la respuesta Clínica cotidiana. *Clínica e Investigación Relacional*, 7 (1), 33-44. www.ceir.org.es
- Procter, H.G. (1991). Psicología de los constructos familiares. *Revista de Psicoterapia*, 6-7, 73-90.
- Selvini, M. (1990) (Comp.). *Crónica de una investigación. La evolución de la terapia familiar en la obra de Mara Selvini Palazzoli*. Barcelona: Paidós.
- Selvini, M. (2000). Hacia un modelo individual-relacional. *Revista Redes*, 6, 11-24.
- Selvini, M. (2001). El futuro de la psicoterapia. Aprender de los errores. *Revista Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 82, 9-21.
- Ugazio, V. (1998). *Historias permitidas, historias prohibidas. Polaridad semántica familiar y psicopatología*. Barcelona: Paidós.

- 52 Velasco, R. (2009). ¿Qué es el Psicoanálisis Relacional? *Clínica e Investigación Relacional*, 3(1), 58-67. https://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V3N1_2009/7_Velasco_Que-es-Psicoanalisis-Relacional_CeIR_V3N1.pdf
- Vetere, A. y Dallos, R. (2009 o 2006). *Apego y terapia narrativa: un modelo integrador*. España: Morata.
- Wachtel, P.L. (2008). *Relational theory and the practice of psychotherapy*. New York: Guilford.
- Wachtel, P.L. (2020). Repensando la interpretación: Narrativas explicativas, narrativas de posibilidad y la necesidad de promover nuevas acciones en el mundo. *Mentalización. Revista de psicoanálisis y psicoterapia*, 14. <https://revistamentalizacion.com/ultimo-numero/10-paulwachtel.pdf>