

LA SITUACIÓN DE CRISIS EN PSICOTERAPIA

Lic. Hamuy Erica

ehamuy@yahoo.com.ar

Este escrito surge a partir de repensar algunos conceptos tales como **Crisis, Situación, Complejidad, Creación, Proyecto** propuestos por diversos autores: Fiorini, Castoriadis, Morin, que en este contexto adquieren relevancia y permiten abrir puertas, miradas frente a la sensación de cierre y repliegue que el aislamiento puede generar.

La crisis sanitaria, social y mundial que la pandemia del covid 19 desencadenó, irrumpió en la vida de todos. Al no contar con los recursos necesarios que permitía hacerle frente, se indicó el aislamiento preventivo social y obligatorio como medida.

Luego del parate inicial y reacomodándome al formato virtual. Me encontraba dando clases sobre las crisis en el sujeto. Temática que al definirla en relación al psiquismo, me resultó inevitable relacionarlo con lo que estamos atravesando como sociedad.

Las **crisis**, desde el punto de vista psíquico, se desencadenan cuando un quantum de energía excesivo irrumpe abruptamente al aparato psíquico. Debido a la magnitud, y lo disruptivo, desestabiliza el psiquismo, sin darle tiempo para dar respuesta.

Kaplan, creador de la psiquiatría comunitaria, estudió el concepto de crisis en situaciones catastróficas. Refiere que esta implica un cambio súbito en las condiciones de vida. En las crisis el sujeto no cuenta con los recursos que tiene para afrontar el desequilibrio que la situación produjo. Ahí radica la diferencia con lo que se denomina problema, donde la cantidad que ingresa es menor y menos intempestiva, permitiéndole al psiquismo contar con los mecanismos para resolverlo y abordar la problemática.

La situación de crisis que la pandemia introdujo convulsionó también la clínica, tanto para pacientes como terapeutas. Luego de la perplejidad y conmoción inicial, fue necesario revisar modos y abordajes en el quehacer terapéutico. Si bien algunos ya implementábamos la modalidad virtual para desempeñar la labor terapéutica en pacientes impedidos a concurrir al consultorio por grandes distancias, aquello impensado por varios durante mucho tiempo, se instaló como el modo posible de seguir adelante con la clínica. Crisis en tanto desequilibrio, ruptura con un orden establecido. que impuso la necesidad de incorporar otras formas, donde fueron quebrantadas modalidades y creencias instaladas como ciertas. Encontrando modos diversos de acomodarnos.

Un cambio se impuso para poder seguir avanzando.

Cómo pensar la psicoterapia en estos tiempos, en este contexto, en la situación de crisis que estamos insertos?

Situación de crisis.

En esta dirección otro concepto que merece y vale la pena realzar, es el de **Situación** que propone el Dr Fiorini, en tanto considera tener en cuenta en el encuentro con el paciente, el estudio de diferentes componentes, diversas dimensiones que se articulan y convergen en el paciente, al momento de la consulta. Conceptualización pertinente para estos tiempos donde no recorta lo intrapsíquico, del contexto en el que está inserto. Pensar como se ven afectados los vínculos, las dificultades económicas, que aspectos del sujeto que le resultaba ser un soporte psíquico se vieron sacudidos, como se entrecruzan con aspectos de su historia libidinal, familiar, social y el momento evolutivo en el cual se encuentra, ya que no es lo mismo para un niño, que un adolescente o para un adulto mayor. Tener en cuenta este concepto implica articularlo también con los diferentes niveles diagnósticos que Fiorini propone. Define 10 niveles de análisis para pensar al paciente: No quedarse solo con el diagnóstico psicodinámico donde se evalúan ansiedades, defensas, conflictos, entre otros, sino identificar diferentes series. Algunas de ellas son: la clínica, más relacionado con indicadores de la clínica psiquiátrica, la evolutiva, pensar en que momento y cual es la tarea evolutiva que enfrenta, poder considerar por ejemplo como se ven afectados los adolescentes, limitados en los encuentros con pares, fundamentales en esos momentos de constitución psíquica, más allá de la virtualidad que los conecta. Lo grupal (como se posiciona desde lo intersubjetivo, como se vincula), lo psicosocial (que abarca ideologías o valores que tiene), el eje de lo corporal, que involucra las problemáticas del cuerpo, donde por ejemplo en personas hipocondríacas se ve más exacerbada la angustia y ansiedades con el tema del virus. Otro eje a considerar es el prospectivo adaptativo, fundamental en estos tiempos, donde muchos proyectos se vieron detenidos. Observar la capacidad para poder visualizar nuevas propuestas, su viabilidad o distorsión, así como los recursos propios con los que cuenta para hacer frente a la situación. Todos estos niveles de análisis, nos ayudarán a pensarlo de un modo más complejo y enriquecedor.

Diversos ejes importantes a tener en cuenta. Múltiples líneas que convergen y potencian el trabajo creador del terapeuta en su manera de pensamiento y abordaje clínico. Poder vislumbrar nuevas formas de responder donde también se ve conmovida nuestra tarea profesional. Pensar y reflexionar sobre nuestra práctica.

Morin, epistemólogo y sociólogo francés, decía que la crisis propician aquello que puede brindar cambio. Se vuelve una oportunidad de transformación y evolución. Nos convoca a crear un nuevo porvenir. *“Frente a la crisis que atravesamos debemos tomar distancia, reubicar este momento en el marco mayor de las grandes mutaciones que ya conocimos, distinguir el ciclo que se acaba y el nuevo orden que se abre. En este período crítico, donde los desafíos son cruciales y lo peor es posible, conservemos en nuestro espíritu, esta certidumbre: lo improbable siempre puede producirse.*

Aunque todo contribuye a la catástrofe, la complejidad de lo real puede dar nacimiento a situaciones inesperadas. Estemos listos a recibir lo improbable, estemos atentos para usar positivamente esta crisis.” (Morin, 2011). La posibilidad de pensar el caos como generador de un nuevo orden.

Crisis, Creación y Psicoterapia.

Pensar que nos deja esta situación de crisis?

Probablemente cuando podamos tomar cierta distancia, más allá de las pérdidas que pudimos atravesar, encontraremos puntos que nos enriquezcan. Aquello que creíamos inviable puede acontecer. El aferrarnos a modos que nos deja atados a un pasado rígido inamovible, estanca. Poder conectar con las posibilidades y potencial creativo, da lugar al cambio y lo novedoso, promueve el movimiento que nos permite contar con la flexibilidad necesaria para afrontarlo y crecer.

No es acaso lo que apuntamos en una Psicoterapia?

Castoriadis resalta que la eficacia de la cura está en poder ver el presente teniendo en cuenta el punto de vista del pasado pero permeable y abierto a aquello por venir. No se centra en encontrar el pasado, en el presente. El acento y la mirada está puesta en una perspectiva diferente. Para este autor el sujeto está condenado a crear ya desde los comienzos, y en esa invención se va creando a sí mismo. Rescatar esa noción creadora del sujeto nos abre otra mirada y otras puertas.

Corremos de la perspectiva repetitiva del pasado que condena e insiste, ligada a la pulsión de muerte freudiana, para empezar a dar lugar en la clínica al trabajo creador. Como dice el Dr. Fiorini "La situación clínica no puede girar sobre la neurosis, es el encuentro entre la neurosis y el trabajo creador no neurótico". En su libro "El Psiquismo Creador", considera la terapia como el campo propicio para activar el sistema creador del psiquismo, el cual quedó detenido en un modo sufriente, que trae el paciente cuando consulta. Se trata de poder conectar con la pulsión creadora, con la potencia y el sujeto creador que difiere del sujeto de la neurosis, anclado en el padecimiento inconsciente y el conflicto.

Pensar la psicoterapia como un espacio donde cuestionar creencias cristalizadas, rígidas y construir novedades más allá del sentido y de las narrativas instaladas.

Habilitar la plasticidad tanto en el paciente como el terapeuta. Muchas veces somos los mismos terapeutas quienes nos aferramos dogmáticamente a modelos sin interrogarnos, cerrando la posibilidad de incorporar diferentes perspectivas que enriquezcan la comprensión y ayuda de quienes nos consultan.

Cómo pensar un proceso terapéutico donde ponga el acento en la salud, la creación, la potencia y no quede anclada, fijada a un pasado repetitivo, patológico?

Acercarse a entender la psicología sacudiendo cierto hermetismo inquebrantable. Devenir que juega ideales sacude narcisismos. No quedarse anclado y atrapado en una forma instituida, sino poder cuestionar, reconocer las herramientas adquiridas para desde ahí poder construir nuevos recursos y

seguir camino, avanzando. Tener una mirada desde diferentes enfoques que amplíen el campo de comprensión.

Crear, en el sentido de poder trascender la lógica binaria, la dualidad excluyente, y estar abiertos a la complejidad. El término complejo viene del latín *complexo*, que significa que abarca, aquello que está tejido junto, una trama de tejidos, escenarios, acciones, que incluye la tensión, el entrecruzamiento de órdenes y desórdenes, incorporando lo contradictorio que ello involucra.

En esta dirección el conocimiento no estará dado por estudiar las subpartes, aisladamente y tener saberes parcelados, considerando simplificada todo como la suma de las partes. Sino concebir la totalidad como un sistema complejo donde hay interacción y retroacciones constantes entre las partes y el todo, donde la multideterminación de la causalidad característico de este paradigma, se diferencia de la linealidad y simplicidad de la epistemología clásica.

Morin, en una entrevista realizada en marzo a raíz de estos tiempos de coronavirus refirió: *“Los conocimientos se multiplican de una manera exponencial, de golpe, desbordan nuestra capacidad de asimilación, y sobre todo lanzan el desafío de la complejidad: cómo confrontar, seleccionar, organizar esos conocimientos de manera adecuada al momento de conectarlos y de integrar la incertidumbre. Para mí, esto revela una vez más la carencia del modo de conocer que se nos ha inculcado, que nos hace fragmentar lo que es indivisible y reducir a un solo elemento aquello que conforma una unidad integral que es a la vez diversa. En efecto, la revelación fulminante de los trastornos a los que estamos sometidos es que todo aquello que parecía separado está unido, porque una catástrofe sanitaria se vuelve una catástrofe en cadena que afecta la totalidad de todo lo que es humano”*.
<https://www.milenio.com/cultura/laberinto/edgar-morin-pensamiento-complejo-tiempos-coronavirus>

Cómo entender la totalidad, y los entrecruzamientos e interconexiones en esa complejidad. En la filosofía oriental hay diversos ejemplos que nos ayudan a visualizarlo. Una leyenda hindú cuenta sobre el interés de un maestro para que 6 ciegos puedan definir lo que era un elefante. Cada uno lo hacía según la parte que tocaba. Si bien todos daban una respuesta parcialmente correcta, lo fragmentado de la misma no permitía ver la totalidad. No existe un único punto de vista que tenga el conocimiento total.

En esta dirección en el libro “El camino del zen” me resultó interesante destacar la siguiente metáfora, para dar luz a esta noción de la Complejidad. Allí refiere lo difícil que resulta “tratar de distinguir los detalles de una gran sala, iluminándola solamente con un rayo brillante.”

Me pregunto cómo pretender entonces dar cuenta de la problemática que aqueja al sujeto, con un solo rayo?

El sujeto complejo se anima a abarcar una polifonía de voces. La multiplicidad de líneas que lo atraviesan y pueden converger o no. Deleuze trabaja sobre la lógica de lo múltiple, por sobre la lógica del sentido. Multiplicidad que se caracteriza por el despliegue rizomático donde no

hay una unidad predominante, es un bulbo, que no crece sobre una raíz principal sino que echa raíces en el medio, las cuales puede funcionar como tallo, raíz o rama. Está hecho de dimensiones, cambiantes que se distingue por sus principios de conexión y heterogeneidad, cualquier punto puede ser establecido y conectado con otro sin un orden establecido ni jerárquico.

El conocimiento y pensamiento entendido desde esta perspectiva da cuenta que hay diversas formas de expresión, múltiples lenguajes, que se entrecruzan para poder comprender la realidad. Interpelando así al dualismo cartesiano.

Ahí pienso que radica la aventura de la clínica: Abrir nuevos horizontes, tender puentes donde poder ofrecer una mirada que abarque la complejidad del sujeto y del momento actual. Poder considerar las diferentes dimensiones y su multideterminación, para pensar el ser humano en su contexto y devolver al paciente una perspectiva más integral. Respetar y dar lugar al pluralismo sin considerar que una visión es más efectiva que otra, reduciéndolo a una única forma de abordarlo, que se adapte a la norma, instituida.

Si de las crisis uno puede elaborar la pérdida para poder generar luego un proyecto que le posibilite construir y reestablecer un nuevo orden, podemos considerarlo del lado de lo saludable, que es aquello que uno trabaja con los pacientes en esas situaciones.

Pienso que a este desafío nos vemos convocados también como terapeutas para pensar la psicoterapia y sus diversos modalidades y encuadres.

Frente a esta situación que estamos transitando, quedó expuesto que aquello que se consideraba inconcebible posibilitó para varios un modo de sostener un tratamiento posible. Con sus particularidades, sus dificultades y quizá porque no, para algunos con beneficios.

Son momentos que lejos de tener certezas, estamos insertos en incertidumbres, en lo variable.

Me gustaría citar para cerrar y a su vez dejar abierto, palabras de Morin, gran pensador que en su libro "cómo vivir en tiempos de crisis dice: "Prepararse para ese mundo incierto, no significa resignarse. Por el contrario es preciso esforzarse por pensar bien, por elaborar estrategias, por efectuar apuestas conscientemente. Pensar bien es decir esforzarse por contextualizar y globalizar nuestros conocimientos "

Quizá esta sea una forma de empezar a contextualizar conceptos estudiados, conocimientos aprendidos que a la luz de este tiempo adquieren otro realce. Compartir un pensar que posibilite elaborar lo incierto, lo perdido para construir nuevos proyectos. Será una oportunidad para reflexionar sobre proyectos identitarios que nos sostenían para encontrar nuevas formas y referentes. Al fin y al cabo de eso se trata crecer

Bibliografía:

-Castoriadis, C (1992) "El Psicoanálisis, Proyecto y Elucidación" Editorial nueva visión. Buenos Aires. Argentina.

-Fiorini , H: (2006) “ El Psiquismo Creador” editorial Nueva Visión. Buenos Aires. Argentina.

(2011) Estructuras y abordajes en psicoterapia psicoanalítica# Editorial Nueva visión. Buenos Aires, Argentina.

(2013)” Conversando con Héctor Fiorini. La construcción de un Pensamiento” Psmática editorial. Madrid ,España.

(1999) “ Nuevas líneas en Psicoterapia Psicoanalítica: Teoría, Técnica y Clínica.” ACCIPIA. Madrid, España

(2015)“ Foco situación y proyecto” editorial del boulevard. Córdoba. Argentina. 2015.

-Mengue, P(2008) “ Deleuze o el sistema de lo múltiple” editorial Las Cuarenta. Buenos Aires. Argentina

-Morin,E: (2011)“ Cómo vivir en tiempo de crisis” Editorial Nueva visión. Buenos Aires. Argentina.

<https://www.milenio.com/cultura/laberinto/edgar-morin-pensamiento-complejo-tiempos-coronavirus>

-Watts, A (2004)“ El camino del zen” editorial Edhasa, Barcelona, España.