



UNA APROXIMACIÓN FENOMENOLÓGICA AL VALOR DE LOS AFECTOS EN LA PSICOTERAPIA

Vicente García-Huidobro Andrews¹
Pontificia Universidad Católica de Chile

Resumen: A partir de la promoción del papel de los afectos en la investigación contemporánea sobre la psicoterapia, se aborda el carácter tanto de índice como de encubrimiento que Freud destacó en relación al valor de los afectos al interior de la situación terapéutica. Esto se realiza dentro del contexto de los actuales cruces entre psicoterapia y fenomenología, utilizando algunos de los hallazgos fundamentales de la investigación fenomenológica en torno a los afectos. El artículo comienza con un cuestionamiento al sesgo intersubjetivo de las aproximaciones actuales sobre el papel de los afectos en la situación terapéutica, y la presentación de tres características de la manera particular en que los afectos se dan en ella. A partir de estos contenidos, se abordan luego las preguntas: ¿En qué sentido los afectos pueden ser considerados como índice de avance terapéutico? y ¿En qué sentido los afectos pueden ser encubridores? Frente a cada una de estas preguntas, se presenta una propuesta de respuesta y una serie de indicaciones prácticas relativas al abordaje concreto de los afectos al interior de la situación terapéutica.

Descriptores: Afectos · Cambio terapéutico · Psicoanálisis · Fenomenología

Abstract: Starting from the promotion of the role of affects in contemporary investigation in psychotherapy, affects are assessed in the character of index and concealment, which is something that Freud emphasized in relation to their value in the therapeutic situation. This is done within the framework of the current links between psychotherapy and phenomenology, using some of the fundamental findings of phenomenological research regarding affects. The article begins with a questioning of the intersubjective bias of current attempts on the role of affects in the therapeutic situation, and presents three characteristics of the particular way affects occur in it. From this contents, two questions are then addressed: In which way can affects be considered an index of therapeutic advancement? and In which way can affects be concealing? For each question an answer is proposed and a series of practical indications are presented regarding the concrete handling of affects inside the therapeutic situation.

Keywords: Affects · Therapeutical change · Psychoanalysis · Phenomenology

Enviado: 17/12/2012. Aceptado: 03/04/2013

¹ Instituto de Filosofía. Programa de Doctorado en Filosofía. Licenciado en Filosofía y Psicología clínica.

Introducción

En gran parte de la investigación teórica y empírica contemporánea existe la creencia de que la expresión de emociones es un índice de avance positivo en la situación terapéutica. Al interior de la teoría, esta idea fue muy difundida por C. Rogers (2000) quien indicaba que el avance terapéutico se ve facilitado en la medida en que el terapeuta logra captar y transmitir aquello que él mismo y el cliente van sintiendo al interior de la situación terapéutica. Esta idea también fue compartida por F. Perls (1973), quien consideraba que la expresión espontánea de la emoción era el principal objetivo de una psicoterapia. Estas nociones provenientes de la teoría han tenido mucho eco dentro de la investigación empírica contemporánea, en la que se ha demostrado que los tratamientos más exitosos se distinguen por determinadas características del intercambio afectivo entre el terapeuta y el paciente (Dreher et al., 2001). La importancia de los afectos en la psicoterapia parece ser tal que en los últimos años se han llegado plantear enfoques especialmente centrados en la expresión de las emociones al interior de la situación terapéutica (Greenberg, 2002).

Ahora bien, el psicoanálisis desde sus orígenes ha destacado un doble papel de los afectos al interior de la práctica terapéutica. Por un lado, el psicoanálisis surge en manos de Freud precisamente como un método de cura que consiste en facilitar la descarga de un monto afectivo asociado a un acontecimiento traumático (Freud, 2007a). Si bien Freud dejó de plantear posteriormente el psicoanálisis como una práctica de abreacción, no dejó nunca de destacar que la rememoración de un contenido sólo resulta eficaz en la medida en que el paciente revive el afecto o, como dice más tarde, tiene una vivencia (*Erlebnis*) del significado (Freud, 2007b). Sin embargo, ya en sus *Estudios sobre la histeria* (2007a) Freud planteaba toda una serie de consideraciones paralelas que daban un papel distinto a los afectos. En éstos, él postulaba la existencia de una separación entre la representación, a la que se debía dar acceso a la conciencia, y el afecto que pueda estar asociada a ella. Por ello, según Freud, la aparición de una vivencia afectiva no podía ser considerada como un índice seguro de que se ha dado con la representación reprimida, dado que ambos, la representación y el afecto, siguen distintos destinos de derivación luego de la represión. Es decir, por un lado, los afectos parecen tener un papel crucial en la práctica clínica, pero por otro, pareciera que no son de fiar. La pregunta que surge entonces es ¿Cómo dar cuenta de esta polaridad? ¿Cómo es posible comprender este doble papel de los afectos en la situación terapéutica?

Desde el psicoanálisis, los afectos son definidos como la expresión cualitativa de un *quantum* de energía pulsional (Laplanche & Pontalis, 2004). Resulta sorprendente cómo esta definición, comprensible dentro del marco



epistemológico en el cual se desarrolla la teoría freudiana, se ha mantenido casi sin mayores variaciones a lo largo de la mayor parte de las investigaciones psicoanalíticas contemporáneas. Si bien autores como O. Kernberg han complementado esta noción freudiana con los nuevos hallazgos del psicoanálisis, la biología y la neurociencia (Kernberg, 1997), resulta muy difícil poder dar cuenta de aspectos esenciales que la investigación contemporánea ha mostrado respecto a los afectos –como por ejemplo su intencionalidad– teniendo como base este marco epistemológico.

A partir de esta dificultad, que no sólo afecta a la investigación en torno a los afectos, en el último tiempo se ha acrecentado el intento por servirse de recursos conceptuales desarrollados al interior de otras disciplinas para poder dar cuenta de problemas relacionados con el ámbito de la práctica psicoanalítica. Contando con el sólido piso de las relaciones entre psicología y fenomenología (Gallagher & Zahavi, 2008), en el último tiempo se han desarrollado nuevos puentes entre el ejercicio de la práctica psicoanalítica y la fenomenología (Stolorow, 2006; Schneider, 2008; Askay & Farquhar, 2012). Situándose en este contexto de investigación, el presente artículo tiene como objetivo abordar la pregunta sobre cómo es posible comprender el doble papel que los afectos parecen tener al interior de la situación terapéutica, a partir de algunos de los hallazgos fundamentales que la investigación fenomenológica contemporánea ha revelado en torno a ellos.

Con este fin, partiré con una primera sección compuesta por dos apartados. En el primero (2.1), realizo una crítica a las aproximaciones intersubjetivas de la situación terapéutica a partir de la noción de *situación* desarrollada al interior de la fenomenología por M. Heidegger. La forma de concebir la situación terapéutica que aquí presentaré va a tener una gran importancia en los caracteres que después distinguiré en los afectos y en el posterior intento por responder nuestra pregunta. En el segundo apartado (2.2), presentaré a partir de los trabajos de Heidegger y J. P. Sartre tres características generales de cómo los afectos se dan «en situación». Luego de esta primera parte, ya contaremos con los recursos conceptuales para abordar la pregunta que nos hemos planteado. Para esto, dividiré la pregunta general sobre ¿Cómo es posible comprender el doble papel de los afectos en la situación terapéutica?, en dos preguntas más específicas. Primero, ¿En qué sentido los afectos pueden ser considerados como índice de avance terapéutico? (3.1), y segundo, ¿En qué sentido los afectos pueden ser encubridores? (3.2) Al abordar cada una de estas preguntas presentaré tanto una propuesta de respuesta, como también una serie de indicaciones relativas al abordaje concreto de los afectos al interior de la situación terapéutica. Para finalizar, presentaré una síntesis de los contenidos revisados (4).

Sobre la situación terapéutica y la función de los afectos dentro de ella

2.1 Cuestionamiento de las aproximaciones intersubjetivas a la situación terapéutica

Desde los años '80 hasta la fecha, se han ido desarrollado una serie de aproximaciones psicoanalíticas y psicoterapéuticas reunidas dentro de lo que se ha llamado como la nueva *sensibilidad intersubjetiva*. Esta alberga una gran cantidad de autores, en su mayoría norteamericanos, destacándose dos grupos con mayor consolidación: por un lado, se encuentra el denominado *psicoanálisis relacional* propuesto originalmente por S. Mitchell (Aron, 1996; Mitchell, 2000) y, por otro, el *psicoanálisis intersubjetivo* donde se agrupan los trabajos de autores como R. Stolorow, B. Brandchaft, G. Atwood, J. Lichtenberg, D. Orange y F. Lachmann (Stolorow, et al., 1987). El punto común de ambos enfoques es la crítica compartida al “mito de la mente aislada” (Stolorow & Atwood, 1992) y la promoción de una concepción intersubjetiva de la situación terapéutica que venga a superar los enfoques excesivamente centrados en el conflicto intrapsíquico. A partir de esta perspectiva teórica, estos autores promueven una serie de consideraciones relativas a la técnica psicoanalítica otorgando especial importancia a construcciones como la *alianza terapéutica* (Safran & Muran, 2000) y a fenómenos afectivos como la *empatía* (Orange, Atwood & Stolorow, 1997; Lichtenberg, Lachmann & Fosshage, 2002). Pues bien, esta nueva concepción de la situación terapéutica como una instancia intersubjetiva y la consecuente importancia de fenómenos afectivos como la *empatía*, pueden ser muy cuestionables si se tienen presentes los argumentos que respaldan la fuerte crítica que Heidegger realizó al interior de la fenomenología respecto a las perspectivas intersubjetivas de la situación. Esto es lo que revisaremos brevemente a continuación y veremos que, tal vez, mediante la apelación a un «inter» no se solucionan los problemas más fundamentales que subyacen al denominado *subjetivismo*, que estas mismas perspectivas cuestionan.

A lo largo de sus primeras lecciones en los años 20, Heidegger (1993, 2007a) cuestionó sistemáticamente la imagen habitual del ‘suelo’ de nuestra experiencia al modo de un sujeto que se encuentra con otro sujeto al interior de un contexto objetivo. El consideraba que esta imagen no era una descripción fiel del modo en que efectivamente se nos da la experiencia de nosotros mismos, los otros y el mundo en general. Según Heidegger (2007a), esta imagen sería efecto de una serie de desfiguraciones que surgen por medio de una forma de acceso a la experiencia excesivamente teórico y reflexivo. En efecto, cuando accedemos reflexivamente a la experiencia se produce una desconexión respecto a nuestra habitual inserción en ella, extrayéndonos de algún modo de nuestra inmanencia en la situación en que vivimos. Producto de ello, nuestro yo se convierte en una suerte de positividad que al modo de un *sujeto* hace frente a la situación en que vive y, ésta última,



pasa a ser concebida como un *contexto objetivo* desvitalizado y carente de toda significación. De esta manera, mediante un mismo movimiento surge la idea de una dimensión subjetiva y un mundo objetivo, siendo ambas partes el correlato de un modo reflexivo de relacionarse con la realidad en general. Es en este contexto, que Heidegger realizará un fuerte cuestionamiento a la psicología (Rodríguez, 1997) debido a que ésta reduce nuestra experiencia del mundo a una suerte de 'región' o 'dimensión' psicológica subjetiva, propiciando un extrañamiento del sí mismo de la situación en que vive y el establecimiento de un tipo de relación reflexiva con respecto a nosotros mismos y los otros en general.

Ahora bien, al interior de la psicología contemporánea ha existido toda una tendencia que busca dejar a un lado el *subjetivismo*. Es en este contexto que surge la apelación a la noción de *intersubjetividad* al interior del psicoanálisis y la psicoterapia en general. Sin embargo, para Heidegger (2001), mediante esta noción no se soluciona realmente el problema, sino que, más grave, se lo encubre. El considera que mediante la noción de *intersubjetividad* se determina nuestra relación con los otros en base al mismo tipo de relación reflexiva y distante por medio del cual yo me determino a mi mismo como sujeto. Es decir, la noción de (*inter*)*subjetividad* no sería más que una proyección al ser del otro, y a mi relación con él, de aquel tipo de captación que yo tengo de mi mismo por medio del acceso reflexivo. Frente a esto, Heidegger señala que nunca vamos a poder dar cuenta realmente del carácter de mi encuentro con el otro 'en situación', si seguimos abordando esta experiencia de un modo reflexivo. Por el contrario, al concebir la relación con el otro al interior de un presunto campo, ya no subjetivo, sino intersubjetivo, extraemos ahora a cada participante de la situación compartida y producto de ello la situación misma de encuentro se desvitaliza o, como dice Heidegger, palidece (2007a). Cuando esto sucede, la relación con el otro aparece de un modo sobrepuesto a la situación compartida obturando el despliegue del contenido significativo que nos convoca y entrando en las dinámicas yo-tú tan criticadas por J. Lacan (2001) dentro del psicoanálisis.

Pues bien, estas dos maneras de concebir la situación, conllevan dos modos completamente distintos de entender el papel de los afectos dentro de la situación terapéutica. Desde una aproximación intersubjetiva, cobra gran relevancia el estudio de afectos como la *empatía* por medio de los cuales se busca explicar cómo es posible captar las experiencias subjetivas del otro. Sin embargo, a partir de una perspectiva como la abierta por Heidegger, captar los afectos del paciente no va a consistir en pesquisar qué es lo que éste pueda estar sintiendo dentro de una presunta dimensión subjetiva, o intentar empatizar con él al modo de un *alter ego*. Si el yo del paciente no es una suerte de positividad que se yergue sobre la situación compartida, la forma en que el terapeuta debiera captar sus vivencias no es

intentando empatizar con él tal como sucede en contextos deficitarios de encuentro con el otro (Heidegger, 2002), sino profundizando en las direcciones de sentido ya previamente abiertas en la situación terapéutica. En qué consista esto último es algo que veremos más adelante.

2.2 Tres caracteres de los afectos “en situación”

Luego de este breve cuestionamiento de las concepciones intersubjetivas de la situación terapéutica, presentaré a continuación tres determinaciones que buscan precisar la manera particular en que los afectos se dan en ella. Estos son: la intencionalidad de los afectos, su carácter pre-reflexivo y su relación con la valoración.

La noción psicoanalítica de los afectos como la expresión cualitativa de un monto pulsional, desatiende mediante su vocabulario energético lo que podría ser la característica más importante revelada por la investigación contemporánea en torno a ellos: su intencionalidad. Tal como se ha demostrado al interior de la fenomenología (Sartre, 1971), los afectos no parecen ser meras fuerzas ciegas que al modo de descargas conmueven a la persona que las vive. El hecho de que experimentemos los afectos como algo que muchas veces padecemos, no significa que ellos sean algo ajeno a nosotros mismos. Por el contrario, tanto para Sartre (1971) como para Heidegger (2002) los afectos son la forma primaria por medio de la cual la situación en que vivimos se abre significativamente a los distintos contenidos que se presentan en ella. Es decir, los afectos son la forma de *apertura* primaria de la situación. En el caso de las *emociones* el contenido al que se abre la situación es un objeto específico. En los *estados de ánimo* la situación no se abre a un objeto particular, pero esto no significa que no sean intencionales. Tal como ha mostrado Heidegger (2002), los estados de ánimo son un modo fundamental de aprehensión significativa por medio de los cuales es posible captar el tipo de apertura que caracteriza a la situación en sí misma, más allá de la referencia a algún contenido específico. De esta manera, una emoción como el temor o un estado de ánimo como la angustia, no pueden ser reducidos entonces a ser meros montos energéticos que aparecen en nosotros al modo de descargas. Ellos son experiencias significativas por medio de las cuales percibimos e interpretamos encarnadamente lo que vivimos en situación. Siguiendo esta línea, Heidegger ha intentado caracterizar el tipo de apertura significativa de la situación que se realiza por medio de algunos estados de ánimo como la angustia (2002) o el aburrimiento (2007a), y Sartre ha intentado dilucidar la manera particular en que es experimentado significativamente un contenido específico en distintas emociones (Sartre, 1971).

Ahora bien, si los afectos son modos por medio de los cuales cada quien aprehende significativamente un contenido ¿Por qué en muchas ocasiones los experimentamos como algo que efectivamente padecemos? Para dar cuenta de



esto es necesario atender a una segunda característica de los afectos que ha sido también destacada tanto por Heidegger (2002) como por Sartre (1971): su carácter pre-reflexivo. Si los afectos son una forma de apertura 'primaria' de la situación es porque ellos no son de carácter reflexivo, sino que son ejecutados directamente en la experiencia misma en que vivimos, afectando el modo en que comparecen los distintos contenidos dentro de ella. Por ejemplo, cuando alguien está triste, el modo de apertura significativa que corresponde a la tristeza –y que la diferencia de cualquier otro afecto– es ejecutado en la experiencia misma de un modo tal que «tiñe» directamente todo contenido que se presenta en la situación en que vivimos. Yo no me experimento primero a mí mismo como alguien triste y luego atribuyo esta cualidad a los contenidos que se me presentan. Por el contrario, la experiencia de la tristeza se vive directamente en la forma de experimentar las cosas mismas, en la manera en que se me presentan los otros, las cosas que me rodean y yo mismo. Dado que esta aprehensión significativa se realiza directamente en la experiencia sin existir una mediación reflexiva, es posible que yo ni siquiera caiga en cuenta que estoy triste o que, al intentar abordar luego reflexivamente esta manera de hacer experiencia, pueda incluso equivocarme. Puede darse también el caso de que uno capte reflexivamente que está triste y quiera dejar de estarlo, pero en la medida en que no cambien las condiciones significativas que hacen que viva las cosas como siendo tristes, voy a seguir estándolo. De esta manera, el hecho de que se puedan experimentar los afectos como algo que se padece se debe a que, por un lado, ellos son formas de apertura pre-reflexivas de la situación, pero, por otro lado, a que gracias a la reflexión podemos de algún modo 'desdoblarnos', re-flexionar, respecto a nuestro estar en situación, siendo posible emitir un juicio frente a lo que sucede en ella.

Hasta ahora tenemos que los afectos son distintas formas por medio de las cuales la persona aprehende pre-reflexivamente en situación los distintos contenidos de experiencia. Pues bien, la tercera característica de los afectos busca distinguir qué tipo de apertura significativa es la que se da específicamente en ellos. Es decir, ¿En qué consiste aprehender 'afectivamente' un contenido significativo? ¿A qué alude la noción de 'afección'? ¿Quién se afecta? ¿De qué se afecta? Teniendo como base el carácter intencionalidad de los afectos destacado por la fenomenología, M. Nussbaum (2008) concibe la afectividad como la forma de aprehensión significativa por medio de la cual un sí mismo experimenta el *valor* de cualquier contenido que se presente en la situación a partir de un horizonte de objetivos y proyectos. En esta línea, Heidegger ha mostrado en *Ser y Tiempo* (2002) cómo la apertura de la situación en que vivimos se realiza a partir de un contexto práctico-operativo con distintos niveles de generalidad que engloban desde el horizonte más cercano de las cosas en que estamos en el presente hasta la totalidad de nuestra propia vida. De esta

manera, si bien Heidegger cuestiona la noción de *valor* (1993; 2002), tanto él (2002) como Sartre (1971) consideran que lo que siempre está en juego en los distintos contenidos específicos que se nos presentan en la situación es, en una u otra medida, nuestra propia suerte. Aplicado esto al caso de los afectos, es posible postular que el tipo de apertura de la situación que se da por medio de ellos tiene relación con la valoración que la persona le otorga pre-reflexivamente a un determinado contenido de su experiencia a partir de la importancia que éste tiene dentro del horizonte de su propia vida.

Sobre el doble valor de los afectos al interior de la situación terapéutica

Gracias a los contenidos vistos ya podemos hacernos ahora una cierta idea general sobre en qué consisten los afectos y cómo se dan estos en la situación. *Los afectos son una forma pre-reflexiva de apertura significativa de la situación, por medio de la cual se cualifica la importancia de cada contenido de experiencia a partir de un horizonte de valoración.* Una vez acuñada esta indicación general, pasemos a abordar la primera de las preguntas que nos hemos planteado, intentando proponer una respuesta y ciertas indicaciones que sean de utilidad para al ejercicio de la práctica terapéutica.

3.1 Los afectos como índice de avance terapéutico

La primera pregunta que nos habíamos planteado rezaba ¿En qué sentido los afectos pueden ser considerados como índice de avance terapéutico? Pues bien, tal como hemos visto, los afectos no son meras fuerzas ciegas que al modo de descargas conmueven al sujeto, sino una forma de aprehensión significativa primaria de la situación en que vivimos. Aplicado al ámbito terapéutico, esto permite afirmar que los afectos presentes en la situación terapéutica son un índice de cómo el paciente está percibiendo e interpretando pre-reflexivamente un determinado contenido en ella. Esto último es algo del todo evidente; más allá de que en muchas ocasiones no sea fácil distinguir cuál es la tonalidad afectiva desde la cual habla un paciente, nadie dudaría que es importante considerar si éste está alegre o triste cuando habla de sus hijos en la sesión. Obviamente esto revela algo fundamental de lo que le sucede con ellos.

Tal como hemos visto, el tipo de apertura de la situación que se da por medio de los afectos tiene relación con la valoración que la persona le otorga a un determinado contenido de su experiencia a partir de la importancia que éste tiene dentro del horizonte de su propia vida. Este segundo punto es de suma importancia para considerar el papel de índice de los afectos dentro del contexto particular de lo que sucede en la situación terapéutica. Esto es algo que de algún modo se encuentra



latente al interior de la misma obra de Freud. Tal como lo ha señalado P. Ricoeur (1990), en Freud existe una imbricación constante entre un vocabulario hermenéutico y un vocabulario energético de cargas y descargas. Pues bien, la línea hermenéutica presente en la obra de Freud apunta a captar mediante la interpretación cuál es la verdadera referencia intencional de lo que el paciente relata, y la energética, permite de algún modo percibir qué aspectos dentro del discurso del paciente están más «cargados», «embestidos», no de una supuesta energía libidinal como lo pretendía Freud, sino de una valoración. De esta manera, es a partir de la valoración que el paciente le otorga a los distintos contenidos que relata que se debe ir realizando la interpretación de la referencia intencional de su relato. Esto es algo destacado por el mismo Freud, quien señalaba que por más que un terapeuta tenga una muy buena interpretación sobre qué es lo que le está sucediendo al paciente, de nada sirve que se la presente a éste si no está en condiciones aún de experimentar la valoración de ese contenido (Freud, 2007c; 2007d). Gracias a este último punto, los afectos no sólo son un índice de cómo el paciente interpreta lo que está viviendo, sino también de cómo se debe ir desplegando el discurso del paciente dentro de la situación terapéutica atendiendo a aspectos como el *timing*.

Con este punto, ya nos hemos deslizado desde la pregunta sobre por qué los afectos pueden ser considerados como índices de avance en la terapia a consideraciones más específicas relativas a cómo deben ser abordados al interior de la situación terapéutica. Esto último es lo que revisaremos a continuación, retomando la idea de situación que hemos bosquejado al principio y mostrando, a partir de los caracteres descritos, cómo deben ser considerados los afectos dentro de ella en el marco de un contexto terapéutico.

Tal como hemos señalado, los abordajes intersubjetivos de la situación terapéutica nos ponen frente al difícil problema de cómo el terapeuta puede captar cuáles son los afectos que el paciente tiene en su esfera psíquica. Las actuales investigaciones en torno al tema de la empatía en relación con la psicoterapia parten también desde este tipo de perspectiva. Sin embargo, si comprendemos los afectos como algo que no se da en un campo psíquico cerrado, sino como una forma de apertura significativa de la situación misma, la tarea del terapeuta no consistirá entonces en intentar empatizar con el paciente al modo de quien intenta ponerse en los zapatos de otro sujeto, sino en captar la situación misma que lo trae a consultar y que comparte con él. Ahora bien ¿En qué consiste esto?

Es en este punto donde aparece la importancia práctica que tiene el carácter pre-reflexivo de los afectos que hemos destacado previamente. En sus escritos técnicos, Freud (1985) señalaba que la actitud del terapeuta en la *escucha analítica* debe consistir en una suerte de ‘abandono’ en el discurso del paciente. Pues bien ¿En qué consiste ese ‘abandonarse’? Cuando Freud nos invita a abandonarnos en lo

que el paciente dice, nos está llamando a no adoptar una actitud reflexiva que nos extraiga a nosotros mismos de la situación terapéutica y que la desvitalice. Esto último es algo que también se aplica al paciente; el terapeuta siempre debe velar por que el paciente no adopte una actitud reflexiva que lo extraiga de la situación que está viviendo. Este es un común error que se da especialmente en el abordaje de los afectos en la terapia. Entre los terapeutas es habitual la idea de que la mera expresión verbal de un afecto es índice de una vivencia afectiva. Pero son dos cosas completamente distintas vivir un afecto y hablar sobre ellos. De hecho, generalmente el paciente deja de ejecutar sus afectos en la situación terapéutica precisamente cuando se pone a hablar sobre ellos. Lo que esto genera es que el paciente adopta una actitud reflexiva respecto a sí mismo, que lo extrae de su implicación en lo que dice. Por ello, tan sólo es aconsejable que el paciente hable de lo que siente en contadas ocasiones: cuando esto tenga una relación directa con el contenido de lo que está hablando y siempre cuidando de que no lo haga desde una actitud reflexiva. En la mayoría de los casos lo más aconsejable es que el terapeuta capte la tonalidad afectiva que acompaña el discurso del paciente y, en vez de tematizar sobre ella, la utilice como una guía a partir de la cual ir desplegando el discurso del paciente hacia aquellos puntos que aparezcan como más ‘cargados’, es decir, como más relevantes.

Entonces, en base a lo que hemos visto, la disposición anímica del terapeuta en sesión no queda bien caracterizada mediante la noción de *empatía*. La actitud del terapeuta no consiste en el esfuerzo por empatizar con el otro. Ésta queda mucho mejor caracterizada con la idea freudiana de un abandono en el discurso del paciente a partir del cual el terapeuta facilita el despliegue de su situación. Ahora bien ¿Cómo es posible facilitar el despliegue de la situación del paciente? Siguiendo la descripción de la situación aportada por Heidegger, lo que el terapeuta debiera hacer es abandonar cualquier tipo de actitud reflexiva e intentar introducirse en las motivaciones fundamentales que articulan la situación en la que vive el paciente y abrir su relato a partir de ello. Pero, ¿En qué consiste esto? ¿Qué papel tienen los afectos en esta apertura de la situación?

Tal como lo ha mostrado Sartre (1971), las distintas emociones pueden ser concebidas como diferentes maneras por medio de las cuales la persona modifica cualitativamente el contenido de la situación en la que se encuentra inmersa. Para Sartre, las emociones son una forma de sortear la dificultad de una situación modificando el sentido de ésta. Siguiendo esta línea, los afectos en general pueden ser concebidos como distintas maneras de experimentar encarnadamente el sentido de la situación en la que se está inmerso. Atender a los afectos consiste entonces en captar, en aquello que el paciente relata, cómo es que él experimenta el sentido de las distintas cosas que narra. Por ejemplo, si el paciente señala que ha estado cambiando de trabajo constantemente, que está en un sinnúmero de actividades extra-programáticas, que



ya no encuentra en su pareja y sus hijos lo mismo de antes, etc., en lo que el paciente narra acerca de su trabajo, sus actividades extra-programáticas, su relación de pareja y sus hijos es posible captar una suerte de desasosiego, que es transversal a todos estos contenidos. Atender a los afectos del paciente consiste en captar en el relato abierto de éste aquella dirección de sentido (en este caso, el desasosiego) a partir del cual éste se experimenta significativamente a sí mismo, los otros y cualquier contenido que se le presente. Dicho brevemente, captar los afectos del otro no consiste en captar las vivencias subjetivas de un *alter ego*, sino en captar pre-reflexivamente aquel *contenido modal*, aquel ‘cómo’, a partir del cual se articula cada *contenido quiditativo*, cada ‘qué’, que se presenta en la situación compartida.

3.2 Sobre el carácter encubridor de los afectos

Nuestra segunda pregunta era ¿En qué sentido los afectos pueden ser encubridores? Me parece que existen dos sentidos fundamentales en que ellos pueden ser encubridores. El primero, concierne nuevamente al carácter intencional de los afectos. Si bien los afectos son la manera primaria de apertura de la situación, nada nos garantiza que éstos no puedan ser utilizados para hacer aparecer las cosas de una u otra manera, según resulte conveniente. De hecho, en su *Bosquejo de una teoría de las emociones*, Sartre (1971) concibe las emociones precisamente como un modo pre-reflexivo de transformar el sentido de una situación cuando ésta resulta muy difícil. Según Sartre, lo que distinguiría a los distintos tipos de emociones es que ellas son diversas maneras por medio de las cuales siempre se realiza un mismo objetivo: salvar una dificultad transformando el sentido de la situación en la que ésta se presenta. Para ilustrarlo, pone el clásico ejemplo de la paciente histérica que ante las exigencias de Janet o de Freud se pone a sollozar y mediante esto cambia la situación original en la que ella no ‘quiere’ decir nada por una nueva situación en la cual ella no ‘puede’ decir nada.

Uno puede estar en desacuerdo con Sartre sobre si toda emoción se reduce a una forma de modificar la comparecencia de las cosas ante una dificultad. Quizás la aplicación de esta definición de las emociones resulte un poco forzada cuando se intenta dar cuenta de emociones como la alegría o la gratitud. Sin embargo, me parece que es razonable aceptar que en muchas ocasiones las emociones pueden ser utilizadas en este sentido. Ahora bien, debido al carácter pre-reflexivo de los afectos, esta modificación del sentido de la situación no consiste en un acto equivalente a un engaño deliberado. Tal como señala Sartre (1971), se trata de una modificación de la situación en la que de algún modo nosotros también creemos. El mismo profundizará posteriormente en este punto (2008) mediante su concepto de *mala fe* con el cual buscará sustituir la noción freudiana de lo *inconsciente*. Sin embargo, ya en la época de su *Bosquejo* él señalaba que frente al particular tipo de

engaño que se da en las emociones, la reflexión puede tener una función purificadora en la medida en que nos permite tomar distancia y evaluar aquello que estábamos transformando mágicamente mediante nuestra emoción. En este punto la dirección de Sartre es completamente distinta a la que aquí se viene presentando y que apunta, precisamente, a que el paciente no adopte una actitud reflexiva respecto a lo que está viviendo. Como terapeutas no queremos que el paciente enjuicie reflexivamente la adecuación o inadecuación de lo que está sintiendo, sino que a partir de lo que siente, de lo que valora, se vaya abriendo hacia nuevas posibilidades.

Existe un segundo sentido más radical en que los afectos pueden ser encubridores. Este se desprende de la relación entre afectos y valoración. Tal como hemos visto, los afectos que experimentemos respecto a cada contenido que se nos presente en la situación dependen de un horizonte más amplio de valoraciones. Pues bien, estas valoraciones son algo que en gran medida nos pre-existen y cada cual es educado dentro de ellas. Depurar y apropiarse de estas valoraciones recibidas es el camino de toda una vida. En la medida en que existen muchas valoraciones respecto a las cuales no hemos hecho este ejercicio de depuración y apropiación, siempre es posible que nos afectemos por cosas que de algún modo no valoramos realmente, es decir, frente a cosas que si realmente nos las planteáramos con claridad no sentiríamos lo mismo. Es a partir de este hecho que es posible hablar de afectos impropios, es decir, aquellos que no corresponden a un contenido de nuestra efectiva elección. De esta manera, si bien la vida afectiva es siempre un índice del valor con que alguien acoge un contenido a la luz de su importancia para la propia vida, esta misma valoración puede corresponder algo que la persona no se haya realmente apropiado.

A partir de esta idea de que los afectos personales pueden corresponder a estructuras de valoración de las que uno no se ha apropiados y de que estas estructuras pueden incluso estar corrompidas, Nussbaum (2003) concibe el sentido de las prácticas terapéuticas muy comunes en la antigüedad. En la actualidad, la propuesta del psicoanálisis consiste precisamente en realizar aquel camino de depuración y apropiación de lo recibido por medio del cual podemos llegar a tener una mayor conexión con lo que estamos sintiendo.

Síntesis

A partir de la promoción del papel de los afectos en la investigación contemporánea sobre psicoterapia, partí este artículo recordando el carácter tanto de índice como de encubrimiento que Freud mismo señalara en relación al valor de los afectos en el psicoanálisis. Teniendo esto presente, me propuse clarificar cómo es posible que los afectos puedan tener este doble carácter al interior de la situación



terapéutica. Ahora bien, debido a algunas dificultades en la definición psicoanalítica de los afectos, decidí abordar este asunto a partir del contexto de los nuevos cruces que se están haciendo entre psicoterapia y fenomenología. Comencé entonces sirviéndome de la noción de *situación* presentada por Heidegger, para realizar una crítica al sesgo intersubjetivo de las aproximaciones actuales sobre el papel de los afectos en la situación terapéutica. Luego, presenté tres características de la manera particular en que los afectos se dan en toda situación: la intencionalidad de los afectos, su carácter pre-reflexivo y su relación con la valoración. Una vez finalizada esta primer parte abordé después por separado las preguntas: ¿En qué sentido los afectos pueden ser considerados como índice de avance terapéutico? y ¿En qué sentido los afectos pueden ser encubridores?

Respecto a la primera pregunta, propongo que los afectos son índices del avance en la terapia debido a su intencionalidad y su relación con la valoración. Dado el carácter intencional de los afectos destacado por la fenomenología, he planteado que ellos son un índice de cómo el paciente está percibiendo e interpretando un determinado contenido en la situación terapéutica. Ahora bien, considerando la relación entre afectos y valoración, especifiqué que la interpretación de la referencia intencional del discurso del paciente debe estar siempre supeditada a la valoración que el paciente va otorgando a los distintos contenidos de su relato. Luego, presenté una serie de consideraciones teóricas respecto al abordaje concreto de los afectos en la situación terapéutica, sirviéndome de la crítica a los abordajes intersubjetivos del papel de los afectos en la psicoterapia y de su carácter pre-reflexivo.

Frente a la segunda pregunta, planteo que los afectos pueden ser encubridores en dos sentidos distintos. Primero, retomando nuevamente la noción de *intencionalidad*, mostré la idea de Sartre de que mediante algunas experiencias afectivas es posible modificar pre-reflexivamente el sentido de una situación cuando ésta resulta muy difícil. Posteriormente, propuse un segundo sentido más radical en que los afectos pueden ser encubridores. A partir de la conexión entre afectos y valoración señalé cómo muchas veces los afectos que sentimos pueden ser producto de valoraciones de las cuales no nos hemos apropiado realmente. De esta manera, existe la posibilidad de que gran parte de nuestra vida afectiva, gran parte de lo que sentimos, pueda no corresponder a algo que efectivamente hayamos elegido. Surge aquí un tema que sin duda debe ser considerado por las investigaciones contemporáneas en psicoterapia, en las que muchas veces se parte del supuesto de que la mera expresión de los afectos puede ser un índice de avance en la terapia.

BIBLIOGRAFÍA

- Aron, L. (1996): *A meeting of minds: mutuality in psychoanalysis*. Hillsdale, N.J.: Analytic Press
- Askay, R. & Farquhar, J. (2012) "Psychoanalysis". En *The Routledge Companion to Phenomenology*, pp. 596-610. S. Luft & S. Overgaard (Eds.) Great Britain: Routledge.
- Dreher, M., Mengele, U., Krause, R., & Kammerer, A. (2001): "Affective indicators of the psychotherapeutic process: An empirical case study". *Psychotherapy Research*, 11, pp. 99-117.
- Freud, S. (1985): "Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico". *Obras Completas* (Vol. 12, pp. 111-119). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2007a): "Sobre la psicoterapia de la histeria". En Freud, S. & Breuer, J. (2007). "Estudios sobre la histeria." *Obras completas*. Vol. 2, pp.1-309. J.L. Etcheverry (trad.). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2007b): "El uso de la interpretación de los sueños en el psicoanálisis" En *Obras Completas*. Vol. 12, pp. 83-92. J.L. Etcheverry (trad.). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2007c): "Lo inconsciente" *Obras completas*. Vol. 14, pp. 161-201. J.L. Etcheverry (trad.). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2007d): "La negación" *Obras Completas*. Vol. 19, pp. 249-257. J.L. Etcheverry (trad.). Buenos Aires: Amorrortu.
- Gallagher, S. & Zahavi, D. (2008): *The Phenomenological Mind. An Introduction to Philosophy of Mind and Cognitive Science*. New York: Routledge.
- Greenberg, L.S. (2002): *Emotion-focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington DC: American Psychological Association Press.
- Heidegger, M. (1993): *Grundprobleme der Phänomenologie* (1919/1920). En *Gesamtausgabe* (GA) 58. Frankfurt: V. Klostermann.
- Heidegger, M. (2001). *Introducción a la filosofía*. (M. Jimenez, trad.). Madrid: Cátedra
- Heidegger, M. (2002). *Ser y Tiempo*. (J.E. Rivera, trad.). Santiago de Chile: Ed. Universitaria.
- Heidegger, M. (2007a). *La idea de la filosofía y el problema de la concepción del mundo* (J.A. Escudero, trad.). Barcelona: Herder.
- Heidegger, M. (2007b). *Los conceptos fundamentales de la metafísica. Mundo - Finitud - Soledad*. (J.A. Ciria, trad.) Madrid: Alianza.
- Kernberg, O. F. (1997). *La agresión en las perversiones y en los desórdenes de la personalidad*. Bs. Aires: Editorial Paidós.
- Lacan, J. (2001). *El seminario, Libro II. El Yo en la Teoría de Freud y en la Técnica Psicoanalítica, 1954-1955* (I. Aggof. Trad.). Bs. Aires: Paidós.
- Laplanche, J. & Pontalis, J-B. (2004). *Diccionario de Psicoanálisis*. (F. Gimeno, Trad.) Bs. Aires: Paidós.
- Lichtenberg, J., Lachmann, F. & Fosshage, J. (2002). *A Spirit of Inquiry*. Hillsdale: The Analytic Press.
- Mitchell, S. (2000). *Relationality: from attachment to intersubjectivity*. New York: Routledge.



- Nussbaum, M. (2003). *La terapia del deseo: teoría y práctica en la ética helenística*. (M.Candel Trad.). Barcelona: Paidós.
- Nussbaum, M. (2008). *Paisajes del pensamiento. La inteligencia de las emociones* (A.Mira & R.Orsi, Trad.). Barcelona: Paidós.
- Orange, D., Atwood, G., & Stolorow, R. (1997). *Working intersubjectively*. Hillsdale: The Analytic Press.
- Perls, F. (1973). *The gestalt approach and eyewitness therapy*. Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Ricœur, P. (1990): *Freud: una interpretación de la cultura*. (A.Suárez, Trad.). España: Siglo XXI.
- Rodríguez, R. (1997): *La transformación hermenéutica de la fenomenología*. Madrid: Tecnos.
- Rogers, C. (2000): *El proceso de convertirse en persona: mi técnica terapéutica*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Safran, J.D. & Muran, J.C. (2000): *Negotiating the therapeutic alliance: A relational treatment guide*. New York: Guilford.
- Sartre, J.P. (1971): *Bosquejo de una teoría de las emociones*. (M. Acheroff, trad.). Madrid: Alianza.
- Sartre, J.P. (2008): *El ser y la Nada*. (J. Valmar, trad.). Buenos Aires: Losada.
- Schneider, P. (2008): "Three experiential practices and their relation to psychoanalysis". *Psychoanalytic Psychology*, 25, pp. 326-341.
- Stolorow, R., Brandchaft, B. & Atwood, K. (1987): *Psychoanalytic Treatment. An Intersubjective Approach*. Hillsdale, New Jersey: The Analytic Press.
- Stolorow, R. & Atwood, G. (1992): *Los contextos del ser: las bases intersubjetivas de la vida psíquica*. (A. Córcoles et. al., trads.). Barcelona: Herder.
- Stolorow, R. (2006): "Heidegger's investigative method in Being and Time". En *Psychoanalytic Psychology*, 23, pp. 594-602.

