

Un método basado en la palabra

AMAIA MAULEÓN ■ Vigo

En sus terapias no hay pastillas, sólo palabras. Palabras que tratan de rescatar ese lugar del inconsciente en el que se guardan las frustraciones, los traumas, los deseos no cumplidos y los daños no resueltos y que, para algunas personas, suponen un lastre con el que se hace difícil caminar cada día. Hace 75 años que murió Sigmund Freud, el padre del psicoanálisis, pero hoy en día este método está totalmente vigente en todo el mundo y, al menos según sus seguidores, es tan eficaz para tratar los problemas actuales como lo era para los de la época victoriana.

Inconsciente. Represión sexual. Complejo de Edipo. Negación. El significado de los sueños. Gran parte de la terminología freudiana forma parte del léxico popular —algo que el cine ha contribuido a extender en muchas películas de Woody Allen, Luis Buñuel, Alfred Hitchcock (“Cuéntame tu vida”), y, más recientemente, “Un método peligroso”, de David Cronenberg— aunque, más allá de la fascinación que provoca, pocos conocen en profundidad en qué consisten estos conceptos y de qué forma puede ayudar en sus vidas este método.

“Nosotros no guiamos a nadie; tan solo ayudamos al sujeto a que encuentre la forma de vivir con aquellas cosas que le provocan malestar y le hacen sufrir, realidades que el psicoanálisis considera que son imposibles de eliminar porque son consustanciales a la vida como es la muerte de un familiar, la pérdida de un amor, el fracaso... Las terapias buscan que esos comportamientos patológicos puedan ser comprendidos y modificados para conseguir así que la persona sea más feliz”, explica Cora Aguerre, presidenta de la Asociación Psicoanalítica de Galicia.

Aguerre destaca que el método sigue siendo perfectamente útil para tratar los problemas del hombre actual. “Los síntomas habituales —ansiedad, angustia, irascibilidad, dificultades para dormir o para resolver situaciones de la vida cotidiana— son una manifestación de algo más profundo; no hay que suprimirlos inmediatamente con una pastilla, sino que nosotros optamos por conocer de dónde vienen y aprender a gestionarlos”, apunta la psicoanalista argentina.

Una escucha activa

Durante la consulta, el psicoanalista —que pueden ser psiquiatras o psicólogos— emplea la técnica de la libre asociación: “La persona habla libremente de lo que vaya surgiendo en su mente y el analista, con sus conocimientos teóricos, puede ir haciendo un rastreo de cómo se ha construido ese individuo, con sus experiencias afectivas, sus huellas, sus recuerdos y vínculos más importan-

tes de la infancia... Cada persona es diferente y con cada una se trabaja a un ritmo y con un abordaje distintos, pero la realidad es que el que más sabe de sí mismo es el que viene a consultar”, destaca Cora. “No es cierta la imagen del psicoanalista mudo, aunque tampoco pueden esperar de nosotros el consejo ideal que les saque de su situación; el profesional escucha, interpreta e interviene cuando cree oportuno insistir o replantear alguna parte del discurso con el objetivo de que ese saber de la persona se vaya revelando”, completa.

La línea más ortodoxa dentro de estas terapias se realiza con un diván y consta de tres o cuatro sesiones semanales de 45 minutos a lo largo de varios años. “Nosotros pertenecemos a la Escuela Lacaniana, que en este sentido es más flexible ya que las sesiones no tienen una duración determinada; finalizan cuando consideramos que

el paciente ha dicho algo lo suficientemente importante como para concluir ahí y retomar otro día la sesión; eso pueden ser 25 o 40 minutos, depende. Y solemos tener solo una o dos sesiones semanales, según el estado en que se encuentre la persona”, indica Camila Vidal, psicoanalista con consulta en Vigo que pertenece también a la Asociación Psicoanalítica de Galicia. La duración de las terapias también depende de cada circunstancia. “Hay personas que en cinco o seis meses ya notan una mejoría de sus síntomas, o siguen ahí pero han conseguido atenuar el sufrimiento, y deciden dejar-

lo”, comenta Vidal, que rebate la idea de que el paciente pueda desarrollar una dependencia. “Cuando la persona se siente mejor, lo deja sin ningún problema”.

Insisten en que cada paciente precisa un abordaje personalizado. “Al principio a todas las personas les cuesta hablar, porque a nadie le gusta hurgar en lo que le duele, pero cuando se sienten escuchados lo agradecen y la mayoría se sorprenden de su capacidad”, describe Vidal. Normalmente, el paciente no tiene una relación directa con la mirada del psicoanalista, sino que se sienta de espaldas al profesional. “Sin em-

bargo, hay pacientes que prefieren sentarse y hablar de la forma convencional y tampoco hay nada que lo impida”, destaca Vidal.

Tanto Vidal como Aguerre consideran que los textos de Freud no están superados. “Aspectos como el que el inconsciente se manifiesta en los lapsos o la sexualidad, que ya está patente en la infancia, siguen de actualidad hoy en día”, apunta Aguerre. “La interpretación de los sueños no se hace de forma tan pormenorizada como Freud; siguen siendo, especialmente las pesadillas, una herramienta importante porque en ellos aparece mucho del inconscien-

La fascinación del diván

Setenta y cinco años después de la muerte del “padre” del psicoanálisis

Aguerre: “Nosotros no guiamos, solo ayudamos a vivir con aquello que duele”

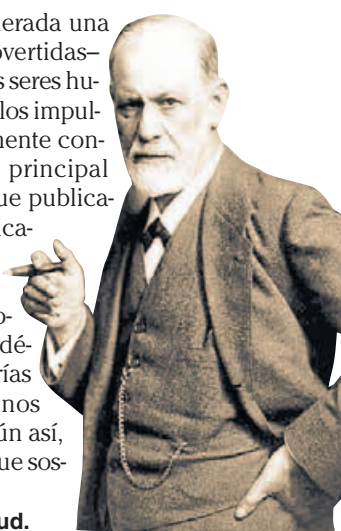


La psicoanalista Camila Vidal, en su consulta de Vigo. // José Lores

De la interpretación de los sueños a la “envidia del pene”

Sigmund Freud (1856-1939) es considerada una de las mentes más influyentes —y controvertidas— del siglo XX. Desarrolló la teoría de que los seres humanos poseen un inconsciente en el que los impulsos sexuales y agresivos están en permanente conflicto con las defensas en su contra. Su principal obra, “La interpretación de los sueños”, fue publicada en 1900 y en ella los sueños son explicados en términos de deseos inconscientes. Mucho de lo que escribió el neurólogo austriaco fue superado por investigaciones posteriores y en algunos círculos académicos, especialmente feministas, sus teorías han sido atacadas al considerar misóginos conceptos como la “envidia del pene”. Aún así, Freud conserva hoy muchos seguidores que sostienen la validez de sus escritos.

Sigmund Freud.



A.M. ■ Vigo

La escuela lacaniana, una de las que más adeptos tiene en Galicia, entró en la Comunidad a finales de los años 70 y actualmente cuenta con grupos importantes en Vigo y A Coruña. Mantienen las teorías del psiquiatra y psicoanalista francés Jacques Lacan (1901-1981) vivas a través de foros, seminarios, mesas y conferencias tanto en Galicia como en el resto de España y fuera. A esta escuela pertenece la Asociación Psicoanalítica de Galicia, que actualmente preside Cora Aguerre y cuenta con una veintena de miembros. Fue fundada en el año 2004 y nació a partir del recorrido en el ámbito del estudio, la transmisión y la investigación de la teoría y de la clínica psicoanalítica en un espacio denominado “Estudios Psicoanalíticos de Galicia”. “A partir de la existencia de este



El psiquiatra Eugenio Cornide, en su consulta

La constante ac...

Asociaciones de distintas e...

grupo de trabajo surgió el deseo de crear una Asociación Psicoanalítica de ámbito gallego que permitiera consolidarnos como comunidad y ampliar nuestro horizonte de trabajo, estudio e investigación”, explica Aguerre. “Nues-

