

¿Qué es la psicoterapia corporal relacional?

Un intento de definición general

André Sassenfeld J.

La psicoterapia corporal relacional puede entenderse como un campo teórico y práctico original y creativo que se encuentra en vías desarrollo, articulación y elaboración. En otras palabras, la psicoterapia corporal relacional es una concepción psicoterapéutica amplia y dinámica con fundamentos conceptuales y clínicos definidos que, en términos concretos, puede manifestarse en una gran variedad de formas. Así, corresponde más a un campo circunscrito de supuestos básicos que posibilitan la construcción de una gran cantidad de formulaciones y aplicaciones específicas que a un planteamiento cerrado y estático cuyas aplicaciones concretas están claramente delimitadas.

Desde cierto punto de vista, los orígenes de la psicoterapia corporal relacional se encuentran en una insatisfacción creciente con la frecuente unilateralidad de la teoría y práctica de la psicoterapia corporal tradicional. A pesar de que las ideas cardinales de Wilhelm Reich, el padre de las aproximaciones somáticas al trabajo psicoterapéutico, enfatizaron tanto la relevancia etiológica del mundo externo como la importancia clínica de la transferencia negativa, su acercamiento terapéutico prestó poca atención a la dimensión interactiva de la relación entre psicoterapeuta y paciente. Esta circunstancia se ha visto reflejada en muchos de los enfoques terapéuticos contemporáneos que se construyeron sobre la base de la obra reichiana. Algunas excepciones notables a esta tendencia lo constituyen algunos aspectos de la obra de Stanley Keleman en los Estados Unidos, el trabajo de André Lapierre en Francia y la recientemente conformada psicoterapia corporal analítica en Alemania. La psicoterapia corporal relacional, por su parte, ha buscado entender y enfatizar los procesos relacionales inherentes a los contextos terapéuticos y utilizar una comprensión psicocorporal de estos con la finalidad de facilitar y profundizar el cambio en psicoterapia.

Por otro lado, en el campo del psicoanálisis post-freudiano, el surgimiento de la teoría de las relaciones objetales en Inglaterra y la aparición de la psicología psicoanalítica del self y de otras aproximaciones relacionales e intersubjetivas en los Estados Unidos favoreció el desarrollo gradual de conceptualizaciones significativas en torno a la interacción recíproca que se produce entre terapeuta y paciente. Sin embargo, las dificultades del psicoanálisis alrededor de la inclusión y el abordaje del cuerpo en el encuentro psicoterapéutico atrasaron la comprensión de la dimensión somática e inter-somática de la relación terapéutica. Recién la gran influencia de la investigación de infantes por un lado y de la neurobiología interpersonal por otro lado han logrado desplazar el interés de muchos psicoanalistas hacia los fenómenos corporales no-verbales e implícitos que se producen en el seno del diálogo psicoterapéutico. La psicoterapia corporal relacional utiliza para sus fines

conceptuales y clínicos muchas de las ideas elaboradas por los acercamientos psicoanalíticos vinculares y uno de sus propósitos es la exploración de la dimensión somática que simultáneamente fundamenta y constituye la vinculación de terapeuta y paciente.

Así, la psicoterapia corporal relacional intenta incorporar, vincular e integrar una serie de distintas influencias teóricas, clínicas y ligadas a la investigación provenientes de una multitud de campos contemporáneos del conocimiento. En primer lugar, enlaza los elementos fundamentales de la psicoterapia corporal tradicional tal como han sido articulados por Reich en el análisis del carácter y la vegetoterapia, por Lowen en el análisis bioenergético y por Boadella en la biosíntesis, con un amplio conjunto de concepciones pertenecientes a teóricos psicoanalíticos de las relacionales objetales como Winnicott y Balint, a Kohut y su psicología del self y al psicoanálisis relacional en términos más generales. Cabría agregar además diferentes teóricos psicoanalíticos de la psicoterapia de grupos, como Bion y Anzieu. En este sentido, su aproximación corresponde a una concepción literalmente corporal y relacional de los procesos psicoterapéuticos. Con ello, adscribe a una teoría del cambio que es psicocorporal y relacional, alimentada por conceptualizaciones propias de la psicoterapia corporal y por desarrollos del psicoanálisis relacional como las concepciones del Boston Change Process Study Group constituido por Stern, Lyons-Ruth y otros.

En segundo lugar, la psicoterapia corporal relacional está fuertemente influenciada por los hallazgos de la teoría del apego y de la investigación contemporánea de infantes. Tanto la teoría del apego desarrollada por Bowlby, Ainsworth, Sroufe, Fonagy y otros, como la investigación de infantes llevada a cabo por Stern, Beebe y muchos otros, comparten un énfasis definido en la comprensión de los procesos somáticos pre-verbales y no-verbales que caracterizan la interacción en la diada temprana. Estos acercamientos han articulado un entendimiento vincular del lenguaje corporal que es complementario al entendimiento del lenguaje corporal propio de la psicoterapia corporal tradicional. Más allá, estas aproximaciones especifican, complementan y completan la visión del desarrollo temprano de la que disponen los psicoterapeutas corporales. Su enfoque simultáneamente corporal y relacional de los sistemas diádicos tempranos nutre a la psicoterapia corporal relacional en su comprensión del desarrollo humano y le aporta elementos fundamentales para profundizar y ampliar sus posibilidades de intervención clínica y facilitación del cambio psicoterapéutico.

En tercer lugar, la psicoterapia corporal relacional integra un amplio conjunto de hallazgos provenientes de las neurociencias y la neurobiología. Esto le permite disponer de conceptos que dan cuenta del cuerpo no sólo en términos subjetivos y vinculares, sino también en términos objetivos. El trabajo de Damasio y Varela, entre otros, ofrece una fundamentación científica sistemática de muchos de los procesos somáticos y emocionales que resultan de relevancia para los psicoterapeutas y da continuidad a los esfuerzos pioneros de Reich por comprender el funcionamiento del sistema nervioso vegetativo y sus implicancias en el funcionamiento del individuo. Por otro lado, la síntesis

integrativa del neuropsicoanálisis de Schore, que une en un marco conceptual general aspectos esenciales de las neurociencias, del psicoanálisis y de la investigación de la primera infancia, también es una influencia significativa en la psicoterapia corporal relacional. Proporciona elementos básicos para profundizar el entendimiento tanto del desarrollo temprano como de la interacción psicoterapéutica a partir de conceptos cuyos referentes primordiales son hallazgos importantes de la investigación sobre el cuerpo y la dimensión no-verbal implícita de los vínculos interpersonales.

Por último, la psicoterapia corporal relacional tiene una vinculación significativa con las denominadas prácticas contemplativas. Las prácticas contemplativas están relacionadas con el desarrollo de la atención y, en consecuencia, hacen una contribución de gran importancia al trabajo psicoterapéutico. Utilizadas de manera oportuna, posibilitan al psicoterapeuta el desarrollo de la capacidad de acceder a estados internos de mayor presencia y contacto consigo mismo y con el otro. Más allá, la investigación ha aportado alguna evidencia de que las prácticas contemplativas tienen el potencial de activar el hemisferio cerebral derecho, el cual las neurociencias han ligado a funciones psíquicas fundamentales como la memoria emocional y el procesamiento implícito de la experiencia. Así, son una herramienta esencial para la labor cotidiana de psicoterapeutas que trabajan con el cuerpo y los vínculos.

En resumen, la psicoterapia corporal relacional es un campo teórico-práctico en desarrollo que se nutre de una diversidad de influencias, las cuales giran en torno a las dimensiones somática y relacional de la experiencia humana. En términos conceptuales, la psicoterapia corporal relacional busca elaborar creativamente los distintos elementos mencionados con anterioridad en una concepción dinámica y amplia del desarrollo, la psicopatología y la psicoterapia. En términos prácticos, la psicoterapia corporal relacional busca articular y utilizar estrategias clínicas profundas que faciliten el cambio terapéutico en varios niveles. En síntesis, puede afirmarse que la psicoterapia corporal relacional es un intento de ubicar el quehacer psicoterapéutico en el campo de interacción constituido por cuerpo y vínculo.