

## Tratamiento del Abuso Sexual: Sumergiéndonos en la Experiencia y en el Contexto

Rosa Velasco

---

### Resumen

Se presenta el desarrollo de un proceso psicoanalítico relacional. Emergiendo experiencias de abuso sexual y reconociendo sus contextos de desarrollo. La sexualidad como forma parcial de solucionar un doloroso sentimiento de extrema soledad y como forma precaria de transformar la convicción inconsciente de no aportar valor. La analizada puede dar cuenta de sí misma en la relación con su analista desarrollándose un proceso de subjetivación que revierte en poder alcanzar un sentimiento de sí más integrado. La analista ayuda a la paciente a conectar con la experiencia de vulnerabilidad en los distintos contextos de su vida. Los seres humanos somos así de particulares, a más reconocimiento y aceptación, de nuestras fragilidades, más consistentes somos.

No alcanza con acoger la **experiencia**, tenemos que poder identificar y reconocer el **contexto en el que se originó**, tal y como nos recuerda Cortina (2017), citando la célebre frase del filósofo español del siglo XX, Ortega y Gasset, “Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo”.

En el análisis se puede nombrar el silencio, las circunstancias, **el ambiente** que rodea al yo. Se construye así una narrativa que organiza al sujeto. La historia es importante. En el proceso terapéutico se transforman convicciones, que bloqueaban el desarrollo de la mente, atravesando sensaciones y sentimientos. **Expresar emociones** humaniza la imagen que tenemos de nosotros mismos, contribuyendo al desarrollo de la empatía. La empatía es la principal herramienta de la capacidad relacional. Una capacidad para la que los humanos estamos potencialmente dotados, pero necesitamos practicar. El cerebro es uso-dependiente. Es decir que a más uso de la capacidad potencial de sintonizar emocionalmente, más desarrollo de la mente. Siempre y cuando el punto de partida para esta sintonía con los demás sea una genuina conexión con la propia experiencia emocional. Una mente protectora, aquella que puede acoger dolor mental (el propio y el ajeno), es siempre un resultado del crecimiento. Los seres humanos dedicamos toda la vida en aras de alcanzar esta maduración y aunque sepamos que no es posible alcanzarla del todo, vale la pena el esfuerzo dedicado en conseguir que la vida fluya en esta dirección.

**Palabras clave:** Abuso Sexual; Base Segura; Contexto de Desarrollo; Empatía; Experiencia Emocional; Dolor Mental; Memoria; Patrón Relacional; Psicoanálisis Relacional; Vergüenza

---

Este trabajo se publica originalmente en esta revista con algunas modificaciones. Fue presentado en las VIII Jornadas IARPP-E (Pre-congreso) realizadas en Sevilla (Octubre-2019) y posteriormente presentado en Madrid (Noviembre-2019) en el ciclo de conferencias de formación continuada de la Asociación Fórum Psicoanalítico.

## 1 - El Sentimiento de vergüenza

Ella contacta conmigo después de leer sobre el sentimiento de vergüenza en algunos de mis artículos que encuentra a través de internet (Revista Aperturas, CelR, Temas de Psicoanálisis y Revista Catalana de Psicoanálisis). En este momento han pasado unos dos años desde que tuvimos nuestro primer encuentro terapéutico. De aquella primera entrevista destacaría que si decide consultar es porque **la relación que mantiene con su profesor le causa dolor**.

Ella es una joven esbelta, en la treintena, muy comunicativa a nivel verbal. Locuaz, expresiva e inteligente. En aquel momento preparaba su doctorado y trabajaba como docente en una universidad. Comenzamos las sesiones de tratamiento una a una, quedábamos para la siguiente cita después de cada uno de nuestros encuentros. Yo le preguntaba al acabar la sesión *¿Cuándo quieres volver?* Ella hacía sus cálculos de como pagaría la próxima sesión y acordaba conmigo que podría volver dentro de dos semanas. Al principio no teníamos un día fijo pero mantuvimos una regular frecuencia quincenal. Ahora tenemos un marco de trabajo estable y el tratamiento se lleva a cabo con sesiones semanales de 45'. En este tiempo hemos podido co-construir un "hogar relacional" (Stolorow, 2007) desde el que poder explorar su "**patrón relacional**", la manera predominante de "estar con", es decir, la principal manera de relacionarse, tanto con los demás como consigo misma. Su tratamiento ahora es una **base segura** (Bowlby, 1988) para el desarrollo emocional.

En una ocasión ella se emociona, se le turba la voz y expresa sentidamente, *"yo existía en la mente de mi padre como su chochete"*. Sabemos que *chochete* es el diminutivo de chocho. Una palabra soez para nombrar a los genitales femeninos. Conecta con su experiencia vivida en la medida que experimenta, en la base segura del análisis, que ella puede existir de una manera distinta. Alcanzar el sentimiento de existir en continuidad en la mente de alguien (Velasco, 2005) que nos adjudica un valor, es central para que un ser humano pueda desarrollarse. *¿Cómo está mi chochete?* era el saludo habitual de su padre hacia ella. Esta forma era, según él y según la madre, "la manera cariñosa que tenía él de conectar con su hija". **Esta manera era "lo normal" en el contexto de Ella.**

De hecho ella podrá empezar a pensar que esta expresión "no es normal" a partir de su relación con el profesor. La forma con la que normalmente su padre se dirigía a ella nunca le había gustado, la incomodaba. Sentía vergüenza. Podemos pensar ahora. Lo aguantaba porque formaba parte de su cotidianidad. No le extrañaba. Como empezó a ocurrirle a partir de la nueva experiencia con el profesor y, después también, en la relación terapéutica conmigo.

Nos dice Sandra Buechler (2008) que el trabajo del analista consiste también en transformar “lo familiar” en extraño y “lo extraño” en familiar. Podemos pensar que una sensación de incomodidad, de turbación o de vergüenza, no existe del todo hasta que no es reconocida por alguien más que por uno mismo. La madre de Ella pasaba por alto esto, como otras muchas cosas que fueron apareciendo en el proceso terapéutico, y que Ella fue recordando, a medida que avanzaba su análisis. En sus palabras, *“Quiero analizarme porque no sé si mi padre abusó sexualmente de mi”, “no tengo recuerdos, pero mis dificultades para mi intimidad sexual son tan grandes que, hemos conversado mi pareja y yo sobre esto, y ahora me hago esa pregunta”. “He recuperado de la casa de mis padres mis carpetas de dibujos de mi niñez y me he fijado en algunas cosas observando esos dibujos”*

Mientras me habla de todo esto Ella arranca a llorar. Un llanto de cuajo frente al horror que imagina. No puede acercarse a sus padres. Prefiere mantener una distancia, aunque no ha roto del todo el contacto con ellos. Sus miedos la llevan a considerar los contenidos de su propia mente como imaginaciones. En un intento de “normalizar” ese pasado. Un pasado traumático.

Los psicoanalistas escuchamos. Trabajamos acogiendo las sensaciones corporales del paciente. Construyendo conjuntamente una narrativa que sirva para dar cuenta de aquellas experiencias dolorosas, ya pasadas, todavía no conscientes. Para que la memoria traumática deje de interferir el presente. Para que la sensación de que vale la pena vivir pueda tener lugar.

### 1.1 - *“La Diosa Del Sexo”*

Al principio nos costó poder contar con una narrativa ordenada que diera cuenta de lo que le había pasado y de lo que ocurría ahora. Tuvimos que trabajar en ello. Me decía que si se había decidido a pedir ayuda, consultando, es porque por primera vez en su vida tenía una relación. Una relación diferente, porque ella, antes era *“la diosa del sexo”* y “relaciones”, había tenido muchas.

Su expresión era triste en esos momentos en los que atravesábamos la vergüenza. Tener una relación era muy importante para ella porque siempre se había sentido sola y ella continuamente buscaba, de cualquier forma, salir de esa soledad. En su adolescencia quedar con hombres por internet era la forma. **Ahora se puede acoger en la díada analítica, una vulnerabilidad, en otro tiempo disociada, y que desde su adolescencia, estaba revestida de la aparente soltura y fortaleza de “la diosa del sexo”.**

¿Qué quiere decir la diosa del sexo? Pregunté en cuanto surgió esta expresión. Expresión verbal que ella acompañaba de un talante triste y, al mismo tiempo, su gesto espontáneo condensaba, en cierto sentido, la sensación de una “victoria”. La victoria de vencer al sentimiento de “sin valor” predominante en ella. Sentir que aportaba valor, que ella era importante en ese rol, la reconfortaba. Según Andrew Morrison (2005) esta sería la otra cara de la vergüenza. “La diosa del sexo”, una

especie de “escudo protector” frente a la incómoda vulnerabilidad. Una defensa frente al insoportable sentimiento de no importar a nadie en el mundo.

El relato que siguió a mi pregunta (¿Qué quiere decir la diosa del sexo?) fue más o menos así:

*Tenía catorce años y buscando por internet quedé con un hombre. Yo pensaba en quedar para salir, ir a tomar algo, hacernos amigos. Tuvimos sexo. No fue agradable. Me recuerdo echada en una cama, en el techo espejos, muchos espejos. Fue doloroso, pero yo me creía “la diosa del sexo”; lo curioso es que volví a quedar con él y con otros, aunque no me lo pasara bien; pero yo me estaba creando un personaje. Tener experiencia sexual estaba bien. Ser “buena” en el sexo, estaba bien. Quedé con tantos que ya ni los puedo contar, muchas de aquellas quedadas eran “violaciones”, porque me obligaban a hacer cosas que yo no quería, pero lo curioso es que volvía a quedar aunque no me gustara. **“Quedaba nuevamente con ellos sólo buscando que quisieran estar conmigo”.***

Fui testigo, como analista, de innumerables escenas de brutalidad sexual que Ella pudo explicar con pena y con vergüenza. Se alegraba de haber podido pararse a pensar en todo aquello. Poco a poco tomaba conciencia de que en aquel tiempo ella estaba anímicamente muy mal. **Sus lágrimas por ella misma. Por la soledad de la niña. Allí, en sesión, conmigo, la rehabilitaban y la llevaban a sentirse una más. Una chica, bonita, con cosas buenas que pueden inspirar en los demás ganas de estar con ella.** Tener la experiencia de que se está bien con ella, por ser Ella, sin más. Era muy llamativo el contraste entre la capacidad verbal de Ella. Su manera clara y definida de expresarse y la vivencia que tenía sobre sí misma de “ser alguien sin valor”. Sentirse sin valor es un punto de partida en la vida de muchos de nuestros pacientes. Donna Orange (2005) escribe sobre esto, y es algo que los analistas relacionales estamos acostumbrados a acoger en las sesiones de tratamiento. Cuanto mayor es la acogida de esta incómoda sensación de insuficiencia (tanto en el analizado como en el analista) más posibilidades reales de que el esfuerzo terapéutico de frutos.

Podríamos pensar que **el atreverse a consultar para recibir ayuda terapéutica. Se pudo producir en un contexto más amable para ella. En una relación diferente, la relación con su profesor.** En su adultez y en ese contexto ella se preocupa. Puede empezar a ocuparse de sí misma expresando que esa relación le causa dolor.

*¿Cómo es posible que nunca haya tenido problema alguno en el terreno sexual y ahora, que tengo una relación, el sexo no esté yendo bien? Se preguntaba en aquellas, nuestras, primeras sesiones del tratamiento. Si se decidió a consultar, pensaba yo, es porque no quería perder su diferente y nueva relación. Pensó que el Psicoanálisis le serviría.*

Comparte conmigo que a ella le gusta este hombre con el que conversa, pasea, también hay sexo, aunque “no sea muy bueno”, subraya. Existe una diferencia de 25 años de edad entre ellos y también hay una diferencia de estatus económico e intelectual porque para ella él es su admirado profesor. Pensamos, juntas, que la relación con su profesor es una relación más amable que las anteriores pero

también, pensamos, que esta relación no es una relación simétrica, de igual a igual, pareja.

Podrá expresar en sesión algunas escenas de su vida cotidiana con el profesor que le causan dolor. Como aquella noche en la que después de una cena en casa de él. Con una invitada, amiga del profesor, acaban teniendo sexo la invitada y el profesor. Ella primero miraba la escena desde el umbral de la puerta de la habitación y luego decide introducirse en la cama con ellos. Mantuvieron sexo los tres bajo los efluvios del alcohol de la cena. Esta y otras escenas “curiosas” para ella, porque las explicaba aparentemente como simples anécdotas, pero implícitamente dolorosas (para mi y para ella) fueron narradas en la sesión. Los psicoanalistas trabajamos con lo explícito y con lo implícito como he desarrollado en otro lugar (Velasco, 2010).

En el proceso analítico, una forma de alcanzar la integración, la cohesión o la coherencia mental, es poder tener acceso a lo que está implícito. Escuchando sin juzgar, con una actitud de acoger sin prejuicios las experiencias vividas del analizado y conduciéndonos en la dirección de poder dar importancia a los afectos. Dar cuenta del dolor mental, de lo que le agrada, y de lo que le desagrada, sirvió para que progresivamente Ella pudiera ir tomando las riendas de su propia vida. Si no tenemos en cuenta lo que sentimos, realmente no somos, o estamos “en falso” como diría Donald Winnicott (1965).

Nuestra manera de acoger, estos y otros contenidos mentales, en las sesiones de tratamiento, la llevaron a poder conectar la aparentemente “curiosa” escena de trio sexual con la necesidad de reaccionar con excitación sexual frente el estrés sufrido durante toda su vida. Podríamos decir que su cableado neuronal estaba entrenado para resolver situaciones estresantes de una predominante manera, con la sexualidad. El sexo como calmante de su tensión y también como calmante de la tensión que ella podía intuir en los otros. Este sería uno de los predominantes **patrones relacionales** que pudimos ir identificando en el proceso analítico.

Más adelante Ella podrá relatar en sesión cómo una experiencia de frustración con su admirado profesor la llevó a buscar contacto sexual con un desconocido. Se asustó porque este comportamiento era la forma habitual con la que solía resolver sus estados de estrés antes de iniciar su terapia. Finalmente no actúa su impulso y lo cuenta en sesión con el objetivo de avanzar en la comprensión de sus reacciones espontáneas. Su cuerpo y su cerebro tienen memoria. Ahora podemos pensar sobre ello. El registro de sus reacciones emocionales en cada una de nuestras sesiones contribuye al desarrollo de una mente más protectora y según la conocida expresión de Peter Fonagy (2002) “el proceso de mentalización” estaría ya en marcha.

La realidad que acoge el psicoanalista es la realidad interior. En la experiencia clínica que nos ocupa, Ella fue dándole importancia a su realidad interior a medida que se sentía alguien importante para mí, en cada una de sus sesiones de análisis. Nunca se me ocurrió decirle que la relación con el profesor no le convenía porque no lo pienso.

Lo que sí pienso, y eso fue lo que le transmitía continuamente, es en la importancia que tenía para mí, que ella tuviera en cuenta lo que sentía. Ella era la que conducía su vida adulta y ahora yo era su “copiloto” (Velasco, 2010) en el proceso terapéutico que estaba en marcha.

## 1.2 - Dolor En El Alma

De tal manera que un día **se atrevió** a expresarle al profesor lo que ella sentía y lo que ella esperaba de la relación. Después de esta iniciativa, él le contesta que no puede ser. Ya que la vida de pareja que ella desea, él no puede ofrecerla porque ya se casó una vez (estaba divorciado desde hace unos años). Ya es padre de un chico de aproximadamente la edad de ella y ahora no le encaja a él ese proyecto de pareja y familia que ella tiene en mente. Fue en ese momento en el que, con mucho **dolor en el alma**, Ella decide cortar la relación.

Su identidad personal está creciendo, su identidad profesional también. Es doctora en su disciplina y trabaja como docente en una universidad. Trabaja duro aunque no siempre se sienta bien remunerada como ocurre tantas veces en nuestra contemporaneidad con la gente joven bien formada. Resaltaré aquí que tuvo muchas dudas sobre si tenía que invitar o no a sus padres el día en el que se doctoró. Su principal miedo era imaginar a su padre chillando desde el fondo de la sala de lectura de tesis algo así: *“chochete, esta es mi cochete, que bien lo ha hecho mi niña”*. Después de mucho dudar los invita y ese día, antes de entrar, mientras aparcaban el coche delante de la universidad, ella le dice seriamente a su padre: *“No me vuelvas a llamar nunca más cochete”*.

## 2 - Dar Cuenta De Sí Misma

A medida en que aumenta la conexión consigo misma Ella está abierta a sus emociones, acoge su dolor y así sostiene su presente. Sostenemos sus reacciones emocionales en el proceso analítico. En la primera sesión después de las vacaciones de semana santa Ella expresa profundamente triste lo siguiente: *“Ha sido una semana de mierda”*. El profesor la llamó para invitarla a comer. En ese momento ya no son pareja. Durante la comida él le cuenta cómo conoció a su nueva y actual novia y le explica con todo detalle el viaje de placer que realizaron juntos. Ella me dice: *“¡que poco empático fue conmigo!”* Echaba de menos un gesto considerado hacia ella, me lo estuvo expresando. Le comenté que parece que **“ahora ella puede discriminar entre lo que le gusta y lo que no le gusta”**. Se sorprende. Me mira muy concentrada para decir *“visto así, tiene sentido”*. Encuentra un sentido a su dolor emocional. Le importa. Nos importa. Vemos en sesión cada una de sus vivencias. Está avanzando en su análisis. Su mente está en mejores condiciones para acoger dolor mental. Ella puede ahora conectar con su subjetividad mejor que en otro tiempo. En esa misma sesión me comenta que además durante la semana y de manera casual tuvo un recuerdo de aquella etapa adolescente en la que en una fiesta ella había bebido.

El guapo del curso le dijo: “ven, ven” y Ella le siguió. Detrás se sumaron otros dos chicos. Los tres abusan sexualmente de ella. “Fue muy desagradable”, recuerda. En un momento dado y en medio de aquella tensión, dice basta. Se va, como puede, corriendo, aunque más tarde uno de ellos la viola. Ella deposita este recuerdo en la nueva estructura de acogida (Coderch, 2014) actual, su análisis. Le parece curioso como le vino a la mente “esto” que estaba absolutamente olvidado, enterrado.

En este momento de su vida Ella discrimina y elige. Si no le gusta la situación que vive se retira. A diferencia de lo que le solía pasar antes. Haber podido alcanzar este desarrollo le sienta bien. Su soledad y su dolor tienen sentido para ella y para mi. **Sostener su soledad y su dolor forma parte de su identidad adulta, porque ahora sabe que depende de ella misma elegir.** A diferencia de lo que le tocó vivir en su infancia.

En ese momento de su proceso terapéutico la narrativa de su historia infantil alcanza una coherencia como nunca antes tuvo. A través de la acogida a sus emociones ella ha podido recordar por ejemplo que en su casa, siendo ella una niña, se visualizaba habitualmente pornografía. Se ha recordado en la misma cama, a los cuatro, a su padre, a su madre y a su hermano, 4 años menor que ella. Con las imágenes y el sonido de fondo de una película pornográfica en la televisión. Desde muy pequeña, la ropa que escogía su madre para ella, siempre pensando que le gustara al padre, era ropa muy sexy. Las braguitas nuevas, siempre “*tanguitas*”, las supervisaba el padre. La madre consideraba que Ella era una exagerada en cada ocasión en que ella pedía que influyera en el padre para que dejara de llamarla “*chochete*”. La madre siempre consideró que esa era una forma cariñosa de llamarla. Por otro lado, ella recuerda a su madre diciéndole que se lavara los genitales “*¡Ves a lavarte el coño!*”, le decía con frecuencia. Esta expresión de la madre va asociada a la convicción en Ella de “*ser una guarra*”. Connotación sexualizada negativa de defecto. Que ella siente que tiene. Como tener un “defecto de fábrica”. Que es intrínseco a ella. Lo hemos trabajado en el proceso analítico.

Recuerda como una masturbación compulsiva infantil en el patio del colegio y unos juegos muy sexualizados de ella misma con su vecina, fueron motivo de escándalo y en aquel entonces sus padres, a través de la indicación del colegio (según las preguntas que ella ha podido ir haciéndole a su madre), la llevaron a la consulta de un psiquiatra infantil. Recuerdos de escenas de contenido sexual, que ha podido expresar en sesión, atravesando el sentimiento de vergüenza. Así como aquellas ocasiones en las que haciendo de canguro, a sus 16 años, les prometía a los niños que cuidaba, que “*les enseñaría una teta si se portaban bien*” (con sus palabras). Todo ello nos llevó a pensar en la evidencia de que sus gestos hipersexualizados, de la etapa de latencia y de la etapa adolescente, eran su respuesta “natural” a experiencias de estrés vividas en su contexto principal de desarrollo. Aprendió desde muy niña que su cuerpo sexuado tenía un valor. Un valor con el que conseguía transformar estados de tensión en relajación tanto en ella misma como en los de alrededor.

### 3 - Contexto de Desarrollo 1 + 1 = 1

El padre estuvo en prisión, cuando ella era niña, por algún que otro trapicheo económico. Él nunca tuvo un trabajo duradero que no fuese delictivo o clandestino. La madre trabaja y mantiene a la familia desde siempre. Se relaciona con su marido en dinámicas de 1 más 1 es 1. A costa de anular su propia subjetividad. En lugar del 1 más 1 es 3 de la relación de pareja (él, ella y nosotros). Por otro lado, tanto Ella como su hermano tienen estudios superiores y han sido buenos estudiantes. Este valor si se ha transmitido. **Para la madre el valor educativo de tener una buena formación es muy importante. También para la madre el valor que le transmitió su propia madre (la abuela de Ella) de “respetar a su marido” por encima de todo, incluso por encima del respeto a sí misma y a sus propios hijos, se transmitió y sigue vigente. Este fue el principal contexto en el que Ella se crió y en el que nos hemos criado muchas de nosotras.**

Un ejemplo propio. En la celebración de mi boda, hace ahora casi 40 años, una tía mía se me acercó para decirme al oído lo siguiente: *“Rosa, ahora que ya eres una mujer casada. Vengo a darte tres consejos: sé una mujer dedicada a tu trabajo, muy amante de tus hijos y una puta en la cama con tu marido”*. Me impactaron los tres consejos de mi tía para que mi matrimonio fuera exitoso. “Tenía que ser una mujer dedicada al trabajo, a los hijos y al marido”. La transmisión de los valores patriarcales es muy sutil porque aunque mi tía no tenía el tabú de no poder hablar de sexo. El valor de la mujer consistiría principalmente en que sea útil para los otros (trabajo, hijos, marido) y no el de que la mujer busque darle valor a su subjetividad y desde ese lugar interactuar con los demás.

En nuestra contemporaneidad el destino de hombres y mujeres es otro. Los valores han cambiado, desarrolla Ramón Riera (2019) en su nuevo libro *La herencia emocional*. Buscamos dinámicas de relación en donde 1 más 1 es igual a 3 como comenta Bruce Springstenn hablando de lo que ocurre cuando dos instrumentos interpretan a la vez. La música resultante es distinta. Dos subjetividades en interacción, en simetría, generaran un “nosotros” sin tener que anular a cada una de las singularidades de la relación.

Otra forma de expresarlo es con la metáfora marítima del infinito (Velasco, 2011). Existen infinitas posibilidades de desarrollo si dos subjetividades interactúan de igual a igual, como en los cuadros del pintor Robert Arató. Un pintor que pinta “mares”, me dijeron cuando me llevaron a su estudio en Ibiza. Aunque en realidad Arató pinta cielos y mares. En la imagen el mar, el cielo y el infinito suman tres espacios subjetivos. Podemos usar esta metáfora para acoger mentalmente la interacción intersubjetiva de una relación de pareja funcionando de igual a igual, en simetría. Cada participante sosteniendo su propia subjetividad dentro de un sistema de reciprocidad que tiende al desarrollo de dinámicas de validación mutua. La influencia de ambas subjetividades es mutua y recíproca, siempre y cuando el cielo pueda ser “cielo” y el mar pueda ser “mar”. Es decir que cada participante de la

interacción pueda sostener su propia subjetividad y, al mismo tiempo, estar abierto a la conexión con su semejante. La reciprocidad mutua generada es un buen marco de desarrollo.

#### 4 - Aceptación y Reconocimiento De La Vulnerabilidad

“*La diosa del sexo*” fue la manera espontánea de buscar relaciones, de una chica que creció en un contexto particular, muy sexualizado, y en donde las dinámicas de la pareja de padres no eran simétricas ( $1 + 1 = 1$ ). Valores patriarcales predominaban en la base de la pareja y de la familia. La madre se apoyaba en la aparente consistencia de su pareja, un padre muy alejado de la conexión con su propia fragilidad. La experiencia de desarrollo fue predominantemente disregulada.

La dificultad en las formas de socialización habituales después de la familia, como el colegio, fueron sentidas e interpretadas, por ella misma y en aquellos contextos, como si sus dificultades constituyeran un defecto intrínseco a ella. “Un defecto de fábrica” y no como un déficit en su historia relacional. No se relacionaba bien en el colegio, no tenía amigas. Los psicoanalistas relacionales le damos mucha importancia al contexto relacional. Como nos transmite Robert Stolorow, no podemos analizar **una experiencia sin el contexto** en el que tiene lugar dicha experiencia.

Hemos visto como los contextos de desarrollo han ido variando: La madre, el padre, su familia. La familia extensa solo incluía, en este caso, a la abuela materna que vivía en la misma finca que Ella. Más adelante hubieron otros contextos, como el colegio, el instituto y la universidad. Ahora, el mundo laboral y su análisis. En este momento ha podido crear una amistad con una compañera de trabajo. Una profesora igual que ella. También, recientemente, su hermano y ella han podido re-encontrarse, con sus respectivas parejas.

El análisis, que decide iniciar en su vida adulta, es una oportunidad para acoger la soledad de la niña. Un lugar en donde no se niegan las carencias de la infancia. Un proceso que facilita un desarrollo integrado, no disociado. Una **base segura para el desarrollo emocional** y una oportunidad para poder seguir creciendo con un sentimiento de sí de ser alguien que aporta valor, de ser alguien con capacidad para las relaciones que nutren.

El analista ayuda a conectar con la vulnerabilidad en el contexto actual y a reconectar con las experiencias de fragilidad en los distintos contextos de la vida del paciente. Desde las emociones del presente co-construimos la historia, un recorrido vital, partiendo de la subjetividad del analizado. La presencia del analista, en su doble rol de observador participante de la interacción, acoge la intimidad del paciente, desde la conexión con su propia vulnerabilidad. Sintonizando con autenticidad con el analizado. Niveles altos de verdad generan un buen marco de desarrollo.

Los seres humanos somos así de particulares, **a más reconocimiento y aceptación, de nuestras fragilidades, más consistentes somos.** No alcanza con acoger la

**experiencia.** Tenemos que poder identificar y reconocer el **contexto en el que se originó**, tal y como nos recuerda Mauricio Cortina (2017), subrayando la célebre frase del filósofo español del siglo XX José Ortega y Gasset. “*Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo*”. En el análisis se puede nombrar al silencio, a las circunstancias, al ambiente que rodea al yo. Esta narrativa organiza al sujeto. El pensamiento del filósofo post-cartesiano Ortega y Gasset es subjetivista, es decir que, el punto de partida para pensar la existencia del sujeto es la emoción: “*siento, luego soy*”.

En la comprensión del desarrollo, desde esta perspectiva, se valora y se prioriza a la subjetividad que en otro tiempo ocupaba un lugar secundario. En contraste con la centralidad de la lógica racional de Descartes en el siglo XVII: “*pienso, luego existo*”. Acoger la subjetividad en el análisis conllevará una progresiva transformación de aquellas convicciones de defecto que bloqueaban el desarrollo emocional.

La **función relacional** del análisis consiste en vivir y/o revivir sensaciones y sentimientos. Emociones que no eran accesibles para su plena expresión. Expresar emociones es una experiencia que humaniza la imagen que tenemos de nosotros mismos, contribuyendo al desarrollo de la empatía.

La **empatía** es la principal herramienta de la capacidad relacional. Una capacidad para la que los humanos estamos potencialmente dotados, pero necesitamos practicar. El cerebro es uso-dependiente, es decir que a más “*prácticas relacionales*” en esta dirección más desarrollo emocional.

Ella inicia su análisis porque “*su relación*” le causa dolor. En “*aquel contexto de pareja*” se organizó un poco mejor la frágil personalidad de Ella, aunque fuese de manera precaria. En este tiempo de tratamiento la capacidad para discriminar se ha alcanzado. Podrá elegir y descartar lo que no le aporta. Podrá darse a sí misma un trato considerado, teniéndose a sí misma más en cuenta. Ha podido acceder a otras relaciones. Expresará con satisfacción que tiene en su compañera de trabajo a una buena amiga. Ha conocido a un hombre con quien ha iniciado una relación sentimental. Una relación simétrica en la que se despliega, con menos trabas, la intimidad. En la medida que ella acepta que es vulnerable o “*herible*”, podrá discriminar las experiencias que le aportan y las que no. En esta relación descubre el orgasmo. Tiene en mente el deseo de sentirse incluida en un proyecto de pareja y de familia en lo personal, además de visualizarse creciendo en su disciplina profesional. Se ha acercado a sus padres y aunque es consciente de las dinámicas de defecto que existieron durante su infancia, ella ahora puede acoger este dolor. Ella ha cambiado. Vida es movimiento (Velasco). Las **experiencias** emocionales del presente revitalizan ahora el sentimiento de sí de Ella. Esperemos que los nuevos **contextos** relacionales sean marcos liberadores de la potencialidad del desarrollo emocional, en lo concreto, para Ella y, en general, para todos nosotros: **Seres humanos vulnerables.**

Concluyo con la evocación de una pequeña joya. La proyección (video) de la canción “*Barefoot in the park*” (*Descalzos en el parque*) de James Blake y Rosalía. Una emotiva síntesis de algunas de las ideas que están en este trabajo.

## Referências

Arató, R. (pintor de mares y cielos) Ibiza

Blake, J. & Rosalía (2019) Barefoot in de park (song). On *Assume Form*. Polydor

Bowlby, J. (1988). *Una base segura*. Ed. Paidós

Buechler, S. (2008). *Marcando la diferencia en la vida de los pacientes* (2015) Ed. Ágora relacional.

Butler, J. (2005). *Dar cuenta de sí mismo*. (2009) Amorrortu editores

Coderch, J. (2014). *Avances en psicoanálisis relacional*. Ed. Ágora relacional.

Cortina, M (2017). *Apego y psicoterapia*. Ed. Psimática

Damasio, A (1994). *El error de Descartes*. Ed. Drakontos

Fonagy, P. (2002) Early Intervention and the Development of Self-Regulation. En revista *Psychoanalytic Inquiry*.

Fonagy, P. (2015). Uso de la mentalización en el proceso psicoanalítico. *Ciencias psicológicas* 9 (2), 179-196

Guerra, R. (2018). *Palos en las ruedas. Una perspectiva relacional y social sobre por qué el trauma nos impide avanzar*. Ed. Octaedro

Orange, D. (2005) ¿Vergüenza de quien? Mundos de humillación y sistemas de restauración. En revista *aperturas.org* N. 020

Orange, D. Atwood, G y Stolorow, R. (1997). *Trabajando intersubjetivamente* (2012). Ed. Ágora relacional

Ortega y Gasset, J. (1916-1934). *El espectador*

Martínez Ibañez, J (2017). *El enigma de la angustia*. Ed. Ágora Relacional.

Marrone, M. (2017). *Apego y psicoterapia*. Ed. Psimática

Morrison, A. (1998). *The culture of shame*. Jason Aronson Inc

Riera, R. (2019). *La herencia emocional*. Editorial Planeta.

Bruce Springsteen en el Walter Kerr (2018) Un monólogo sobre su vida.

Stolorow, R. (2007). *Trauma and Human Existence*. Psychoanalytic Inquiry Book Series. Volumen 23

Velasco, R. (2002) El sentimiento de sí. Estudio de la Subjetividad. En Revista Inter-cambios/ Intervenvis N 8, pag 37-47

Velasco, R. (2005) Comentario a la presentación de Donna Orange. En revista aperturas.org N. 020

Velasco, R. (2008) La Vergüenza en la De-Construcción/Construcción del Sentimiento de Sí. En Revista Clínica e Investigación Relacional. CelR.org Vol.2 (1) pg. 58-67

Velasco, R. (2010) Memoria y Conocimiento Relacional Implícito. En Revista temasdepsicoanálisis.org

Velasco, R. (2014). Los abusos sexuales a menores. Abordaje desde el psicoanálisis relacional. En *Delitos sexuales contra menores*. Ed. Tirant Lo Blanch

Velasco, R. (2018) La vida es movimiento. Reseña de El Enigma de la Angustia de Juan José Martínez. En Revista temasdepsicoanálisis.org

Winnicott, D. (1986). *El hogar nuestro punto de partida* (1996) Ed. Paidós

## Rosa Velasco

Médico Psicoanalista. Miembro de la (SEP) Sociedad Española de Psicoanálisis (IPA) en Barcelona. Supervisora de analistas en formación en la SEP. Expresidenta de IARPP-E. Docente de Seminarios de la SEP en Barcelona. Docente del máster en *observación de bebés y atención a la infancia* (Universidad de Girona). Publica en revistas especializadas on line: CelR, Temas de Psicoanálisis (Revista de la SEP), Aperturas psicoanalíticas, Intersubjetivo, Intercambios y Revista Nemachtia del Instituto Temazcalli (San Luís Potosí. México). Revista Catalana de Psicoanálisis y en Psychoanalytic Inquiry (EEUU). Supervisora clínica con grupos de psicoterapeutas psicoanalíticos relacionales en Barcelona y en México. Co-autora del libro “*Delitos sexuales contra menores*”, compiladores María Lameiras y Enrique Orts. Edita Tirant Lo Blanc (Valencia).