

Una alternativa psicoanalítica en educación especial

EL ANÁLISIS BIOPSIOLÓGICO

— Dr. Gerard Guasch Sauvard —

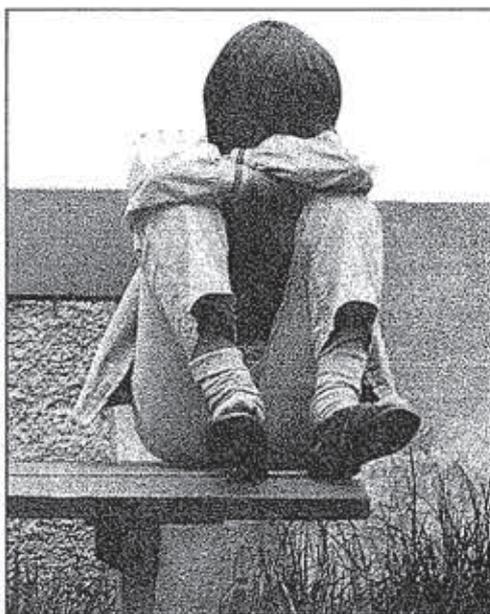
«Todo es difícil... ¡pero factible!»
—Gandhi—

Si muchos psicoanalistas y psicoterapeutas no quieren trabajar con niños, otros tantos tampoco quieren trabajar con adolescentes y menos con delincuentes. Para mí eso ha sido mi vida profesional por más de veinticinco años; no sólo trabajar como médico y como psicoterapeuta con delincuentes, sino con jóvenes en dificultad y con jóvenes marginados, en instituciones, cárceles, dispensarios, además de mi práctica privada.

En los años 70, en Francia, con un equipo de educadores creé una casa hogar para muchachos de 15 a 18 años en la cual tuve a mi cargo el programa general de acción educativa que, desde un principio, quisimos realizar con una finalidad psicoterapéutica, buscando crear un ambiente educativo cálido y de calidad y ofrecer a los jóvenes internos una atención integral de sus necesidades tanto físicas como psicológicas. Nuestra ambición era asociar la acción educativa cotidiana con la psicoterapia, individual y de grupo, para realizar un verdadero ambiente de psicoterapia institucional fundamentado en una relación afectiva muy personalizada con cada uno de los jóvenes y menos jóvenes de la casa. Todas nuestras actividades estaban orientadas hacia una mejor comunicación inter e intra personal, una expresión más libre y menos impulsiva de las emociones y sentimientos, una mayor creatividad, y un estímulo a la toma de decisiones personales en la vida colectiva.

Es así como las condiciones peculiares del ejercicio de mi profesión me han llevado a desarrollar un enfoque psicoterapéutico fundamentado en las necesidades específicas de mis jóvenes pacientes. Lo que, sin apartarme de la dinámica general del psicoanálisis freudiano que ha sido mi entrenamiento básico amén de otros tantos, me ha impulsado a buscar otras referencias y otros modos de actuar.

Sería largo citar aquí todos los autores en que me abrevé —ya que, de por sí, es un reto pretender comunicar en



tres páginas lo que ha sido la principal ocupación de uno por más de veinticinco años— pero creo justo y necesario mencionar, al menos como modesto homenaje, a algunos de ellos que me han poderosamente inspirado en mi quehacer cotidiano: Françoise Dolto: por su buen sentido y su profunda intuición, Bruno Bettelheim: por su perseverancia y humanismo, Wilhelm Reich: por la audacia de sus perspectivas científicas y sociales y su psicología sensible, Joe Funder: educador y pionero, en el terreno que iba a ser el mío, por su creatividad y generosidad de corazón y los mismos jóvenes, venidos de horizontes

tan diversos, que, por sus necesidades y exigencias, a diario han sido mis maestros. A todos ¡gracias!

¿Cómo se hace el Análisis Biopsicológico?

Lo que, hoy en día, llamo Análisis Biopsicológico es un enfoque global del ser humano que abarca en una visión unitaria sus dimensiones biológicas, psicológicas y energéticas que fui elaborando a través de la práctica y de la reflexión en todos esos años.

Es un enfoque que da un lugar privilegiado al cuerpo en el proceso terapéutico porque, como lo dice J. de Ajuriaguerra: «El diálogo tónico, que proyecta al sujeto entero en la comunicación afectiva no puede tener como instrumento a su medida más que un instrumento total: el cuerpo».

Desarrollé este enfoque a partir de mi experiencia del psicoanálisis freudiano, del entrenamiento autógeno de Schultz (relajación), de la vegetoterapia de Reich, de mi práctica de las medicinas energéticas y de técnicas corporales orientales, especialmente taoístas.

Considerando que las variaciones energéticas del organismo afectan tanto al cuerpo como a la psique, lo que es un postulado reichiano, el análisis biopsicológico une técnicas psicológicas y médicas con un base energética común para realizar lo que pretende ser un tratamiento integral. (figura 1)

Tal tratamiento tiene especial aplica-

ción en el manejo de estado de stress tanto familiares como escolares, en problemas sexuales, enfermedades psicósomáticas, trastornos funcionales, problemas caracterológicos o neuróticos y, de manera general, en todas las situaciones que requieren una mayor integración de los aspectos psíquicos y fisiológicos del organismo.

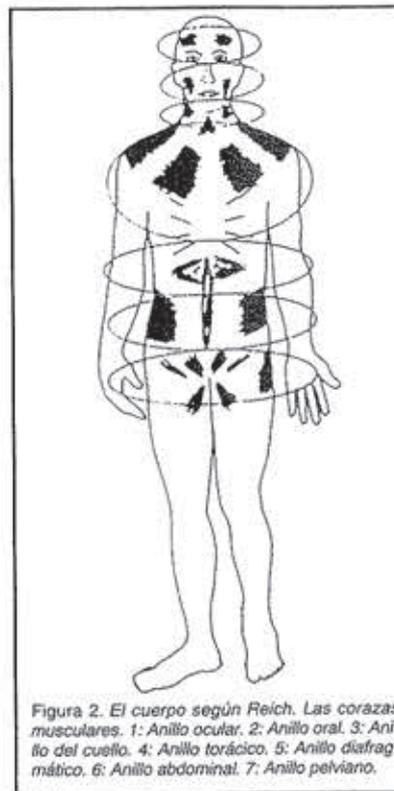
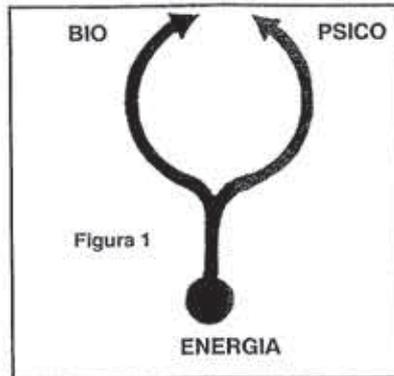
El Análisis Biopsicológico es una forma de psicoterapia emocional-energética específica que integra, sin privilegiar ni al uno ni al otro, los aspectos biológicos y psicológicos de la personalidad. Esos aspectos son complementarios y funcionalmente unidos; el común denominador es la dimensión energética de lo viviente que pone en relación la organización del sujeto (microcosmos) con la del universo (macrocosmos).

De esta energía, que pulsa en la materia orgánica, existen varias descripciones y denominaciones, ya que a través de siglos y culturas, bajo diversos nombres se ha reconocido como energía cósmica y fuerza vital. Los Chinos la denominan *Chi*, los hindúes *Prana*, Reich la llamó *Orgón*, pero de poca importancia es el nombre que se le da. Mucho más importante es reconocer su existencia. Si todo eso puede sonar extraño en nuestros medios racionalistas de corte occidental, para cualquier niño de China, Vietnam, Japón o Corea, suena natural ya que, desde que nació, ha sido educado con estos conceptos familiares en su cultura.

El cuerpo, según Reich

Wilhelm Reich (1897-1957), inició su trabajo en el campo psicoanalítico como alumno de Freud. Pronto se dio cuenta que los bloqueos psíquicos se manifiestan también en el cuerpo bajo forma de tensiones musculares y perturbaciones respiratorias. Entonces su interés se desplazó del análisis psicológico hacia el dominio somático. Es cuando formuló los conceptos de **coraza caracterológica** para describir el conjunto de las defensas mentales y de **coraza corporal** para describir su equivalencia a nivel somático.

Luego llegó a describir la manera en que las emociones están retenidas por redes de tensiones corporales crónicas que afectan a la fisiología funcional del individuo y acuñó la palabra «Vegetoterapia» para subrayar que su técnica terapéutica influía sobre el carácter en el dominio fisiológico a través de los procesos corporales y, en especial neuro-vegetativos, ya que el sistema nervioso vegetativo (o autónomo) con sus grandes plexos y su doble polaridad (simpática y parasimpática) está estrechamente relacionado con la vida emocional y representa en el organismo la



pulsación de la vida.

En la figura 2 nos muestra así los principales niveles de tensión en el cuerpo organizados como segmentos rigidificados que interfieren con el libre flujo de la energía corporal. Esa lectura de siete niveles es como una guía para el terapeuta y el paciente mismo que aprende a ser más atento a las sensaciones de su cuerpo y a su economía energética.

Puente entre la vida mental y corporal

Todo eso puede parecer muy teórico o especulativo para quien no haya vivido en carne propia los efectos de tal psicoterapia, pero eso no es lo importante. Lo importante es que Reich nos

permite establecer un puente sensible —para no decir concreto— entre la vida mental y corporal.

Su gran mérito —en mi opinión— es de haber reintroducido el cuerpo en el proceso analítico, ya que sabemos que Freud lo había excluido por razones técnicas, especialmente fundamentadas en sus observaciones de pacientes histéricas que hablaban más a través de su expresión corporal que de su lenguaje articulado o simbolizado a nivel mental. Técnica sin duda perfectamente justificada para este tipo de pacientes pero que podemos cuestionar para otros, aunque la hegemonía psicoanalítica reinante no lo quisiera. Es más, creo que es un simple acto de salud mental no dudar en cuestionar todos los modelos que nos son presentados ya que, muchas veces, los discípulos son más papistas que el Papa y tienen la lamentable tendencia a erigir en dogma lo que en un principio ¡no fue más que una simple hipótesis de trabajo!

El Análisis Biopsicológico, tal como lo práctico y lo enseño hoy en día, incluye, sobre una base freudiana (o psicodinámica), tanto los diversos aportes teóricos y técnicos de W. Reich, como los avances más recientes de sus continuadores y los resultados de mis propias investigaciones, volviéndose así un enfoque «somatopsicodinámico».

Esta forma de análisis no sólo está interesado en el lenguaje, en los símbolos o en los sueños, sino que toma en cuenta todos los modos de expresión del organismo viviente y busca a través de ellos lograr una comprensión de los movimientos de la energía y del lenguaje de la vida.

Tensiones musculares, retención respiratoria, expresiones de la cara y del cuerpo, postura, emociones expresadas o retenidas, conductas sociales, rasgos de carácter, recuerdos, elementos biográficos, actos, palabras y fantasías, se vuelven así objeto de este análisis integral.

Esta forma de terapia trabaja a un nivel biológico y psíquico profundo. Es una experiencia intensa de exploración emocional, cuya meta es la resolución de problemas neuropsíquicos, la modificación de rasgos de carácter, el desarrollo de la capacidad de sentir, expresar las emociones profundas o superficiales y balancear las energías, a fin de proporcionar una actualización de los potenciales inutilizados de la persona.

El acorazamiento del organismo no afecta solamente a los músculos superficiales o profundos; también a las venas, arterias, pequeños vasos y al mismo sistema digestivo. Decía Reich: «como es la coraza muscular lo que impide todo tipo de dar, o entregar, y la que provoca la restricción biopática del

funcionamiento de lo vivo, esta coraza debe ser disuelta». Hoy en día diríamos más bien, de forma menos drástica: «hay que ayudar a reblandecer, a aflojar a esta coraza» puesto que bien sabemos que si impide muchos movimientos (físicos o emocionales) espontáneos no deja de tener su utilidad como armadura defensiva y protectora de un yo frágil.

La coraza corporal, al igual que la caracterológica, nos protege a la manera, podríamos decir, de la concha que protege al ermitaño. Cuando este crece, busca una concha más grande para abrigarse, cuando un sujeto humano crece y tiene más confianza en sí mismo y en la vida, siente un movimiento de expansión interna, su yo se fortalece y necesita menos concha, o una menos espesa y menos rígida. Entonces, más que al armazón calcáreo de la almeja o del ostión podemos compararla con una coraza flexible y semipermeable que permite intercambios más ricos y más numerosos con el mundo interno a la vez que con el mundo externo.

El proceso analítico biopsicológico enfatiza esta capacidad de disolver tensiones, ablandar la coraza (las corazas), abandonarse a los influjos vitales y a las emociones, entregarse a las experiencias positivas que la vida nos brinda y autorregularse, aprendiendo a reconocer sus propias necesidades.

Relajar tensiones musculares

En una sesión de Análisis Biopsicológico se invita al sujeto a abandonarse a lo que puede ocurrir, después de relajar sus tensiones y profundizar su respiración. No se trata de forzarse a sentir lo que sea, sino facilitar una apertura a lo reprimido, y entrar en contacto tanto con el pasado como con el presente.

El análisis presta un especial interés a la estructuración del carácter y a los modos de control y de represión emocional. También se examinan aspectos de la dinámica corporal. A veces tocamos el cuerpo o damos masaje (sin que se trate de fisioterapia), luego se proporcionan unos o varios estímulos (en forma de movimientos musculares o de respiraciones profundas, por ejemplo) capaces de inducir una apertura y, a veces, una descarga emocional.

Al final de una sesión, viene una fase de armonización física y energética y se hace el trabajo verbal de análisis y de integración de lo vivido.

Aflojando tensiones musculares, activando su respiración, se desarrolla una conciencia más fina del cuerpo y de los procesos de represión; se hacen

conexiones con emociones profundas o reprimidas; se liberan cargas inconscientes entonces disponibles por una elaboración, a la par que se establecen libres flujos energéticos.

Conforme vayan regularizándose las tensiones, la situación fisiológica del organismo y su metabolismo energético mejoran.

Cambios físicos notados por los que rodean a la persona —ocurren a menudo: el tono de la voz baja y ésta se hace más calurosa, más profunda; la visión mejora y la mirada se hace calurosa, más profunda; la visión mejora y la mirada se hace más viva; el porte de hombros cambia; la manera de andar también. Uno vuelve a encontrar la capacidad de llorar, otro de enfadarse, otro de decir lo que realmente quiere o piensa. Muchos encuentran una oportunidad de superar sus miedos y de afirmar su personalidad. Se nota un sensible mejoramiento de la capacidad de centrarse en sí mismo y de concentrarse. El sujeto experimenta una tranquilidad interna más profunda y una sensación de nuevo equilibrio en su vida. La experiencia sexual y amorosa puede cambiar profundamente (tanto en adolescentes como en adultos) con el desarrollo del abandono, pleno y sin miedo, a sus sensaciones y a sus sentimientos.

Las sesiones de Análisis Biopsicológico pueden ser individuales o en grupo reducido. Tanto se aplican a los adultos como a los adolescentes o a los niños.

De ser necesario, pueden complementarse con el uso de bioterapias: homeopatía, organoterapia, florales de Bach, acupuntura, auriculoterapia, terapia endonasal o reflexológica, método audiofonológico (tipo Berard o Tomatis, por ejemplo) manipulaciones vertebrales u osteopatía, por citar algunas de las que personalmente acostumbro a usar por diversas que puedan parecer estas técnicas, todas tienen en común la búsqueda de un mejor equilibrio de las energías del organismo.

En el transcurso del análisis se opera una forma de educación o de reeducación emocional que representa un proceso vitalizante para la persona y, más allá de los beneficios propios, un mejor conocimiento de la vida emocional profunda lleva a acciones preventivas como la preparación al parto sin violencia o una mejor atención a las necesidades físicas y emocionales básicas del niño. El desarrollo interno produce un enriquecimiento de la vida emocional, de la vitalidad y de la capacidad de contacto consigo mismo, con los otros y con todas las

Mi enfoque terapéutico habitual

He aquí en forma muy resumida lo que es mi enfoque terapéutico habitual. Un enfoque que busca, como podrán haberse dado cuenta:

- una **calidad de presencia** en el encuentro con uno mismo y con el otro.
- una **integración del cuerpo y de la mente** en un proceso de reconocimiento global del ser.
- una **apertura de los sentidos y del corazón** a las emociones que nos vivifican.

En conclusión quisiera decir que la rehabilitación de menores infractores, como muchas otras tareas de educación especial, es un reto social y humano. Tarea ardua y apasionante, que requiere de mucho empeño y dedicación. No es muy gratificante para el Ego del educador o del terapeuta, no permite lucirse mucho, ni se presta a la demagogia.

Quizá por eso suele interesar tan poco a los políticos y a los psicoanalistas...

Para mí es una tarea que toca a lo esencial de la vida, ya que se trata de dar a unos jóvenes conflictivos el deseo de vivir y de vivir mejor; de integrar sus fuerzas vivas a la sociedad que necesita de su juventud como de una energía nueva.

Pienso que la calidad de una sociedad puede medirse por el cuidado que da a los más desfavorecidos de sus miembros: minusválidos, menores infractores, enfermos crónicos, enfermos mentales, ancianos, prisioneros, etc.; por su capacidad real de solidaridad (y no por los monumentos dedicados a ella), y también por el presupuesto que dedica a la educación y al bienestar social.

Cuando trabajamos con jóvenes en dificultad (o con alumnos en conflicto escolar) una de nuestras finalidades es devolverles la confianza en sí mismos y en la sociedad. Con los infractores tenemos otra: no volver a ver nunca a estos menores detenidos y menos volver a encontrarlos en centros penitenciarios para adultos.

¿Será posible? ¿Para todos? Podemos dudarlo pero podemos reconocer cuando menos que, tomar en consideración al individuo en su complejidad de ser viviente con sus vivencias, sus deseos y sus emociones, ayudarlo a conocerse un poco mejor y a planear su vida, ya es derrotar a la fatalidad, ya es encender, por pequeña que sea, una esperanza, una luz en el corazón... ¡Y necesitamos muchas de esas pequeñas luces!

Para lograrlo no sobra nadie: padres, educadores, maestros, psicólogos, médicos, analistas... necesitamos de todos ¡con conciencia, corazón y sentido común!...