

SENTIMIENTOS Y VIVENCIAS ENTRE TERAPEUTA Y PACIENTE

El primer contacto que tuve con Jaume fue a través de un mensaje que me escribió por whatsapp. En él me decía que unos meses atrás se encontró con la terapia Morfoanalítica en internet, ya que es psicoterapeuta y que el método resonó mucho con él. En ese momento se interesaba por la formación. Pero esta vez un dolor persistente y una cierta preocupación por enfermarse le lleva a contactar conmigo y saber si él podría trabajar conmigo.

Le llamé por teléfono para entablar un contacto más directo, más personal y concretar un primer encuentro. Me comenta que cree que le iría muy bien trabajar corporalmente pues llevaba un tiempo con dolores en la espalda, cuello y pecho. Que como el dolor persistía, a modo de prevención fue a urgencias y las pruebas realizadas salieron bien, pero luego una gripe muy fuerte le dejó una contractura en la espalda, cuello y tórax. También agrega que en su vida ha tenido siempre una base de ansiedad no muy exagerada y se sentía bloqueado.

Cuando acordamos día y hora para una entrevista, me comenta que me lo confirmará en breve pues tiene un hijo de un año y ha de compaginarse con su esposa.

Ya esta primera y breve comunicación telefónica permite al terapeuta como al posible paciente, configurar cierta imagen, acertada o no del otro y recibir diversas impresiones y sentimientos que para el terapeuta Morfoanalista son de gran valor. En este primer encuentro telefónico, imperceptiblemente, se siembran las primeras semillas de un incipiente vínculo que, en muchos casos, puede determinar el proceso terapéutico.

Al escuchar el tono de la voz de Jaume y su cadencia al hablar, me transmitió el estado interno de una persona sosegada, tranquila. Al compartir aspectos de su mundo interno, tanto en la manifestación de su dolencia corporal como emocional, me llegó su apertura, su preocupación, sinceridad pero también su disposición a trabajarse. Al finalizar la llamada, esas impresiones influyeron en que me sintiera a gusto del contacto establecido y con curiosidad por conocerle más!

Al quedarme a la escucha de mis impresiones y sensaciones, surgieron interrogantes y reflexiones importantes que deberían ser constatadas más adelante, si la ocasión lo permitía. Me preguntaba por ejemplo: si ¿es por prevención que esta persona va a urgencias, o la preocupación a enfermarse es más que considerable? ¿Qué está ocurriendo en su vida ahora que somatiza con tan variados e intensos dolores corporales? ¿el nacimiento de su hijo sería acaso, detonante de su estado actual? ¿...?

Jaume llegó puntual a la entrevista. Un joven guapo, alto, calmo y en contacto consigo mismo. La comunicación fue muy fluida y cercana. Expresó nuevamente los dolores corporales que le aquejaban y opresión en el tórax. Estos dolores le han traído *sentimientos de miedo a enfermarse y a morir.*

Al preguntarle desde cuándo se sentía así, me dijo que empezaron poco antes del nacimiento de su hijo. Poco más de un año y empezó con un dolor en el lado derecho del vientre, aquí. Fue interesante verle gestuar espontáneamente ese lugar de su cuerpo para enseñármelo. La imagen que me mostraba y/o la que yo veía, sentado en la silla, era la de una mujer embarazada tocándose el bajo vientre dolorido, a punto de parir. *Jaume hace una clara asociación entre los dolores corporales y el sentimiento de miedo con la fase de gestación y nacimiento de su hijo.* Aunque contento con la llegada del niño, también siente que hay menos momentos con su mujer y algo más de distancia. Acordamos comenzar con la demanda de aliviar el dolor corporal, la angustia y su miedo.

Me siento con muy buena disposición a trabajar con él pero sobre todo, me envuelve un sentimiento vital de esperanza y confianza en poder acompañarle en lo que está necesitando. En las sesiones morfoanalíticas, el terapeuta busca la proximidad con el Ser, crea las condiciones apropiadas para constituir y consolidar un vínculo de confianza y seguridad, pues las personas que han sufrido fallas importantes en las primeras etapas de su desarrollo, sin dicho vínculo y sin el soporte de un método terapéutico seguro y estructurado como el nuestro, les sería imposible acceder esas capas profundas para repararlas. Aunque aún yo no tenía ninguna certeza que mi P haya vivido este tipo de traumatismo, todo lo que me llegaba de él, corporal, verbal e infraverbalmente, me orientaba hacia esa hipótesis.

En la primera sesión, lo que más llamó mi atención de la postura de pie de mi paciente, fueron sus pies. Ambos, con los dedos completamente en garra haciendo una fuerza enorme para agarrarse al suelo y no caer o, sujetando el suelo para que éste no desaparezca de debajo de sus pies, con la misma consecuencia: caer/derrumbarse. Por su parte, siente un *peso que cae sobre sus hombros y cuello. Mientras me comunica sus sensaciones, gira su tronco a un lado y al otro en torno a su columna vertebral, como un niño tímido y vergonzoso delante de mí.* Comenta tener una dificultad a veces, de no saber qué hacer con su cuerpo ni donde poner las manos. Al palpar sus tejidos, siente mis manos suaves y cálidas, algunas zonas de su espalda las percibe con tensión y en cuanto afloja sus muslos ante mi sugerencia, le viene pérdida del equilibrio.

En el suelo, Jaume se siente mejor pero con una sensación de dolor en el cuello, como *falta de sostén.* Realizo un trabajo específico de conciencia corporal en esa zona, utilizando mis manos como elemento vivo, humano donde él pueda experimentar y dejar su peso. Sintiendo más relajado la zona cervical, me habla también de la sensación de falta de sostén. Entonces le pregunto si esta sensación le evoca alguna cosa. Y de repente, le sobreviene el recuerdo de que sus padres se separaban y volvían a juntarse desde que él tenía 4 años hasta los 12 que fue definitivo. Luego, con tono neutro, me dice que con 12 años su mamá se fue a trabajar a otro país y él quedó al cuidado de sus abuelos.

Sin duda son vivencias muy intensas que marcan profundamente al niño, en plena fase de desarrollo psíquico emocional y corporal y aluden, justamente, a la falta de sostén y equilibrio.

A la semana siguiente me envía un whatsapp diciendo que amaneció engripado y con fiebre, que nos veríamos a la siguiente semana. En la fecha señalada y para mi sorpresa, recibo otro whatsapp: *“agradezco el espacio y la acogida. Siento que cuando te busqué estaba atravesando un momento puntual de crisis, pero ahora la verdad me siento mucho más tranquilo. Me ha costado poder escribirte, pero ahora voy un tanto justo del tiempo que necesito dedicarle a mi hijo pequeño para darle un respiro a su madre y también un tanto ajustado de presupuesto. Espero que el espacio pueda mantenerse abierto para en un futuro poder volver a contactar contigo.”*

Me invadió una profunda pena, una gran frustración. En principio, creí que no podría hacer nada más que aceptar su dificultad, su resistencia..., apenas nos habíamos visto un par de veces. Aún así, yo había sentido un buen contacto, auténtico! Tenía la certeza que esta persona estaba en su momento, listo para poder recibir el apoyo necesario para elaborar los traumatismos que aún clamaban a flor de piel para ser elaborados y así poder construir y restaurar un equilibrio psicoafectivo y corporal que le permita Ser y vivir con más plenitud.

Con frecuencia el Terapeuta Morfoanalista ha de atravesar vivencias de intensa frustración con su paciente. Pero también ha de trabajar-se comprometidamente para sobreponerse a ellos, analizar y comprender lo que realmente está ocurriendo. ¿Qué es lo que está en juego? ¿Esta frustración corresponde a contenidos de mi mundo interno? ¿es fruto de la relación terapéutica? ¿Dónde estoy yo? ¿qué me dice con este mensaje, qué le está pasando hoy a mi paciente? ¿ Qué necesita?

En contacto con todo ello y con él, le llamo sin lugar a dudas, apoyada en el sentimiento de confianza, esperanza y amor. Había de ayudarle a atravesar lo que le cuesta, ayudarle a darse el espacio para vivir el ser acogido, cuidado y sostenido para crecer y luego poder ayudar a crecer a su hijo, a su familia.

Con agradabe sorpresa de mi parte, Jaume me atiende. Solo le propongo venir y poder tratar en la sesión lo que me dice en el whatsapp. Me responde: Sí, sí, de hecho estaba pensando en ello y me parece lo más apropiado. Fue una sesión con una cualidad de contacto empático fino entre ambos. Una sesión profunda y emocionante. La comunicación de inconsciente a inconsciente existe. El paciente trae a elaborar contenidos de falta de valor, temor al compromiso, vivencia de esfuerzo para sostenerse (solo), de miedo a soltar. También trae un sueño; con una tía materna con la que no tiene mucha relación y él le decía, bueno podríamos acercarnos un poco más y compartir cosas que puede ser bueno...Es maravilloso cuando hay sintonía, de la forma sutil en que se entreteje la relación. Al final de la sesión, cuando le ayudo a sentarse, me siento a su lado y se seca una lágrima. Me mira, le miro sintiendo cariño, me sonrío con cariño...Le pregunto lo que está viviendo y me comenta sentirse *acogido* cuando me siento a su lado. Que con su mamá tiene cierta distancia.

Esta es una de esas sesiones que los Morfoanalistas llamamos clave, es decir una sesión determinante pues en este caso desde mi punto de vista, se plantó la semilla del vínculo. A partir de ahí, abonada ésta con buenos nutrientes, todo es posible! Para

atravesar situaciones traumáticas, el terapeuta ha de estar en un estado de abertura, de consciencia, tranquilo, seguro y poder ofrecer junto con la terapia una experiencia reparadora, que propicie el orden y el sostén que la persona hubiera necesitado tener a lo largo de su desarrollo. Desde el primer momento con este paciente, intuitivamente me investí, a través de percibir sus carencias, de lo que Winnicott llamó “la madre suficientemente buena”. De este modo, ofrecerle la oportunidad de experimentar lo que de niño necesitó y no pudo tener.