

La era digital al diván: práctica psicoanalítica y nuevos medios de comunicación [Lemma, 2017]

The digital age on the couch: Psychoanalytic practice and new media [Lemma, 2017]

Daniel Pallás Serrano

Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalítica

Reseña de Lemma, A. (2017). *The digital age on the couch: Psychoanalytic practice and new media*. Routledge. 154 pp.

Antes de comenzar me gustaría clarificar brevemente dos conceptos, sobre los que versa la obra, y que creo que es mejor definir desde el principio.

Con el concepto corporización [*embodiment*] nos referimos a ese proceso mediante el cual una sensación o emoción (declarativos o no) quedan ligados al cuerpo a nivel sensorial y motor (Bleichmar, 2013). La psicoterapia mediada o tecnológicamente mediada se refiere a toda aquella que se imparte a través de un medio digital, y no en un cara a cara. A lo largo de la reseña resumo las principales ideas de Lemma y expongo los casos que ilustran la teoría.

Parte I. Lo de fuera hacia dentro

Capítulo 1. Corporización imaginada, corporización vivida

La corporización, dice Lemma, es un proceso complejo que cimienta nuestra relación con el mundo: cómo vivimos nuestro cuerpo genera el entendimiento del mundo y de nosotros mismos. Por lo tanto, cualquier recomposición del cuerpo mediante la interacción con las nuevas tecnologías dará como resultado en la transformación de la experiencia subjetiva del cuerpo, que puede ser temporal o duradera, útil o dañina. La autora propone no centrarse solo en cómo la novedad tecnológica impacta al cuerpo, también en cómo a través de dicha tecnología se experimenta el cuerpo y como estas experiencias pueden limitar o ampliar el proceso de devenir en un cuerpo.

La realidad de lo virtual

Un punto de partida en el debate sobre las nuevas tecnologías es considerar si la realidad virtual ha de ser considerada como una dimensión del mundo real o si supone

una inmersión pasiva en un mundo que nos aísla de lo real. La autora cree que aún en una vivencia virtual, el cuerpo material mantiene su relevancia. Como una *realidad mixta*, podemos considerar que el cuerpo, su representación virtual, la imaginación humana y el *software* y *hardware* de los ordenadores interactúan para producir una realidad compuesta de elementos materiales y virtuales.

Para abordar teórica y clínicamente las nuevas tecnologías, Lemma postula ir más allá del binarismo virtual-real. El uso que ella le da al término virtual no excluye lo real, sino que es un atributo suyo, una expresión más de la realidad como lo son lo posible, lo potencial, lo probable y lo ficticio. Algo es virtual cuando existe en una forma aún no actualizada.

No obstante, Lemma afirma que para una disciplina como el psicoanálisis (fundamentada en la tensión entre el atractivo cebo del *principio del placer* y la toma de tierra que es el *principio de realidad*) lo virtual es a lo real lo que la copia es al original: una reproducción que permite al deseo colonizar la realidad.

Desde un punto de vista psicológico aparecen problemas cuando no pensamos en lo virtual como un espacio para experimentar o apoyarnos en ello, sino cuando lo concebimos como una alternativa a la realidad. El psicoanálisis aprecia la importancia de la fantasía para la supervivencia psíquica, en este sentido el ciberespacio podría ser un lugar donde plantar las semillas de convertirse en algo potencialmente diferente, siempre que esto se actualice en la realidad.

Para Lemma el uso de avatares en mundos virtuales no es solo mental, sino que de alguna forma los usuarios llegan a habitar esos cuerpos y el espacio virtual, se construye una identidad a través del avatar. No olvidemos que los mundos que existen en el ciberespacio no pre existen en la realidad, por eso funciona como fantasía: un filtro que muestra a la mente y actúa en el cuerpo solo ciertos detalles que enfatizan una experiencia específica.

La persistencia de la carne

La cultura de lo *ciber* ha popularizado un mundo en el que el cuerpo es redundante, una estructura vacía que puede ser esculpida por las nuevas tecnologías. Para Lemma los cuerpos virtuales nunca han sido solo virtuales (en el sentido de inmateriales). Nos construimos a través una interacción dinámica entre nuestro cuerpo biológico, su representación virtual, su significado, nuestro entorno social y virtual y los innumerables procesos conscientes e inconscientes que se producen.

En el ciberespacio seguimos corporizados aunque lo neguemos, lo que cambia es nuestra experiencia de corporización. Lo que interesa a Lemma de esto es la reconstrucción que hacemos de nuestros cuerpos *online* y cómo afecta esto a nuestra experiencia de corporización *offline*, y por ende a nuestra identidad.

La virtud que ve la autora en estas experiencias es que lo *online* puede ser el teatro en el que actuar nuevos conflictos, sí, pero también experimentar con facetas de uno mismo negadas o que son conflictivas. El ciberespacio acoge multitud de espacios seguros para las personas socialmente ansiosas, les permite explorar quién son. Habrá quien use diferentes *personas* para expresar verdades ocultas, explorar aspectos de la sexualidad, o jugar con diferentes roles.

El cuerpo importa

Lemma afirma que somos *naturalmente protésicos*, tendemos a mezclar lo biológico y lo técnico, a hibridizar lo cognitivo (Clark, 2003) que nos permite expandir nuestra capacidad mental y física. Para McLuhan (1994), las nuevas tecnologías son extensiones de nuestro sistema nervioso para ser más poderosos y veloces, y cualquier extensión afecta a la totalidad del complejo psíquico y social: la rueda hizo a nuestro pie más veloz, el teléfono expandió nuestra voz, el ordenador nuestro cerebro y lo electrónico en general nuestro sistema nervioso central. El bastón del ciego ya no es una mera herramienta, sino que es una ampliación de sus sentidos.

La experiencia corporal, dice Lemma, siempre ha estado condicionada por una dimensión técnica y se ha dado un funcionamiento paralelo de la corporización con lo tecnológico. La tecnología estimula la potencialidad del cuerpo para abrirse al mundo del *self*.

La imagen corporal no es innata. Es importante entender cómo el cuerpo, antes que lo emocional, lo cognitivo y lo social, es lo que nos ayuda a construir el significado que se recupera en la conciencia. Dicho de otro modo, la percepción de mi cuerpo habla de ciertas disposiciones hacia creencias y fantasías y a maneras de estar en el mundo (postura, sensación de estar equilibrados) y otros aspectos autónomos y viscerales de la corporización.

El cuerpo siempre tiene que equilibrar dos contrarios: la completitud y la autosuficiencia. Un cuerpo desapegado de todo lo que no es él mismo estaría desoladamente vacío, debe abrirse para completarse de lo que no es él mismo, pero esto obliga a abandonar la mítica autosuficiencia del narcisismo. Este conflicto puede llevarnos a manipular nuestro cuerpo o a escapar de él, y aquí las nuevas tecnologías pueden proveer nuevos escenarios que lo faciliten.

Teatros tecnológicos de la mente y el cuerpo

Entender los cuerpos como *devenires* ayuda a entender cómo el cuerpo interactúa con la tecnología. El término devenir lo toma la autora del filósofo francés Gilles Deleuze y describe la creación continua de diferencias que es inmanente en la constitución de eventos, ya sean físicos o de otra índole. Trayendo esta abstracción un poco a la tierra, es el movimiento más puro que se hace evidente en cambios particulares de eventos particulares: no es un proceso de transformación de un estado a otro, sino la fuerza transformadora en sí misma. Concebir el mundo bajo este prisma supone entender todo como procesos de movimiento, variaciones y multiplicidad. La identidad no sería comparable a la *esencia*, sino como una amalgama de elementos heterogéneos que incluyen lo biológico, lo evolutivo, lo sociocultural y ocurrencias en la historia.

La autora explica que el cuerpo para Deleuze es un proceso que *deviene* a través de sus relaciones y, como tal, no existen relaciones entre entidades preexistentes sino entre entidades construidas en sus relaciones. El cuerpo no sería un sujeto humano que se relaciona con la tecnología, más bien el cuerpo sería la relación entre el humano y la tecnología.

Esto puede ofrecer oportunidad para elaborar una corporización imaginada que en contraste con la corporización vivida provee al individuo con una experiencia de apoyo como veremos en los casos que vienen a continuación.

El caso de Jane

Lemma nos cuenta el caso de Jane, de 17 años, que empezó terapia por la preocupación de sus padres al ella cortarse el pelo de repente, previamente largo, y decirles que quería ser un chico. Nunca había pensado en ella misma como tal, ni había referido nada parecido, pero desde hace un mes afirmaba ser trans. Acudió a terapia porque sus padres no la iban dejar hormonarse de otro modo. Usaba ropa andrógina. Su avatar *online* masculino, Jake, le proporcionaba tranquilidad y jugando era cuando estaba más feliz.

La autora entendió con Jane que el ciberespacio como lugar donde retirarse no era del todo positivo si implicaba la huida de sus conflictos en la realidad o incluso negarla. La paciente luchaba por encontrarse, “jugaba con la realidad” para definir su yo a través de encontrar una forma corporeizada que pudiera garantizarse lo que sentía que le faltaba.

Fue hija de una madre adolescente y dada en adopción al nacer. Sus padres adoptivos eran una familia adinerada pero más bien de ideales conservadores. Fue un *shock* que Jane expresara que era trans. Cuando se le preguntó por sus padres biológicos, respondió evasivamente y afirmó no tener interés en ellos. No pensaba que sus dificultades vinieran de ahí. Sentía que toda su vida habían reducido sus problemas al tema de ser adoptada. “No he *decidido* ser un chico, voy a ser quién siempre debí ser. Es muy diferente”.

Al indagar sobre cómo se sentía al jugar como Jake, contó que se sentía libre, como si pudiera hacer y decir cosas que en su cuerpo femenino no podía. Como imaginó que siempre debió ser. Disfrutaba de la sensación de fortaleza en su cuerpo virtual e incluso, a veces, sentía “como si mi cuerpo verdadero fuera más fuerte”.

Jane dijo una vez que siempre había sido infeliz, pero nunca entendió por qué. Al relacionarse como Jake, o cuando usaba un personaje masculino *online*, los otros la tomaban en serio y la respetaban, la tomaban como alguien con el que mejor no meterse. Cuando la autora le pregunta sobre el significado que le daba a ser femenina, respondió: alguien interesado en cosas “cuquis”, obsesionada con el maquillaje y los chicos. Sin cerebro. Se sentía atrapada en esos cánones y por eso se cortó el pelo y cambió su manera de vestir y ser. Parecía haberse sentido muy atrapada, pero, ¿se había sentido atrapada en el cuerpo equivocado o en una experiencia de sí misma que no tenía esencia propia... alguien que ha fallado en impresionar a los otros? Jane pensaba que su padre estaba estancado en roles de género antiguos y que su madre había sido la imagen el rol de la “anfitriona/cuidadora” la mayoría de su vida. Su madre pasaba mucho tiempo dándole vueltas a lo que los otros pensaban, a las apariencias. “Pero esto no tiene nada que ver con lo que me está pasando, sé que soy trans, soy un chico, y esa es la idea que tengo que seguir”.

Su uso de la tecnología para experimentar con su sí mismo ideal (su corporización imaginada) ayudaba al trabajo analítico. Solo cuando Lemma era capaz de aproximarme a su vida virtual con su propia mente como un proceso de “devenir”, en el sentido que se

ha descrito previamente, y no como algo primordialmente defensivo, era capaz de entablar con ella un diálogo sobre el significado de su mundo y su sí mismo virtual.

El aspecto técnico aquí es que esta postura conceptual apoya una posición analítica que enfocó la relación entre su cuerpo y la tecnología como un proceso que llevó a resultados para ella específicamente y que no podrían haber sido anticipados de ninguna forma predeterminada. Jane ayudó a la autora a entender que las cualidades físicas de Jake le daban literalmente una experiencia corporalizada de sus deseos, fantasías y fantasmas. Este cuerpo virtual le permitía explorar de manera rica afectivamente y cercana a la experiencia lo que solo podía nombrar en la terapia.

Un paso adelante muy importante llegó al año de terapia cuando Jane expuso que en la cultura de su madre biológica los chicos eran mucho más apreciados y que a veces se preguntaba que si de haber nacido chico su madre se la hubiera quedado. Esto le permitió explorar algunas de las fantasías sobre su adopción y cómo esto se relacionaba con su confusión sobre su identidad (su esencia, en sus palabras) que pronto resolvió rígidamente en la certeza de estar en el cuerpo equivocado. Conforme Jane exploraba y experimentaba con “ser un chico” en su vida *online* (y en menor medida en su día a día cambiando su apariencia), fue capaz de anclarse a sí misma en un cuerpo que sentía más como propio. Notoriamente, le permitió asociar las fantasías sobre ser chico, que podría haber sido querida por su madre biológica, y que la gente le haría más caso y la tomaría en serio.

Jane continúa vistiendo de manera andrógina pero de manera que marca sus características femeninas y revela lo guapa que es. Empezó una relación con una chica pero queda claro que también le atraen los hombres. Pasa menos tiempo *online* y ahora también es Jane *online*. Su avatar ahora es una mujer alta y fuerte, con pechos y piernas atléticas. Todavía tiene dificultad con su constitución pequeña. A través de la nueva forma de corporización de su nuevo avatar expresa su necesidad de una constitución robusta que le den la base de fortaleza y estabilidad que siente que necesita para ser ella misma en el mundo. Empieza a pensar sobre buscar a su madre biológica.

Sr. B

Siguiendo esta idea de que el ciberespacio puede suponer una ventana terapéutica, la autora nos relata el caso del Sr. B, de cuarenta años. Llevaba cinco años casado y tenía un niño. Acudió por dificultades en el matrimonio. Sentía que era homosexual, mas no había tenido relaciones con hombres antes. Siempre había odiado su apariencia. “Parezco un cadáver”. Hacía un uso compulsivo de pornografía por Internet y de salas de chat gay. Esto supuso una parte esencial que lo ayudó a sentirse validado en su cuerpo y en su sexualidad.

Al principio, estaba asediado por pensamientos intrusivos ya fueran sobre lo poco atractivo que era o sobre lo sucio de su sexualidad y no siempre llegaba al orgasmo. Evitó el videochat porque a menudo se sentía confundido sobre si otros hombres lo encontraban atractivo. Se sentía más seguro consumiendo porno o solo chateando sin que se le mirara. Amparado por esos límites, sentía que podía estar en su propio cuerpo de manera más cómoda y expresar su yo sexual con menor inhibición.

Los siguientes meses de terapia, el Sr. B estaba muy preocupado sobre salir el armario y sentí que era algo que él quería hacer y que se había convertido en algo posible

gracias a sus experiencias *online* y la validación que así encontró, junto a su análisis, creó. Empezó a verse con prostitutas y su uso sexual de Internet se redujo considerablemente. Tras uno de sus encuentros con uno de los prostitutas con el que había tenido sexo varias veces, trajo un sueño en el que cocinaba algo de un libro de recetas de su abuela dando resultado una masa dorada mientras su madre le llamaba idiota al fondo.

B y la autora entendieron este sueño como una expresión de su gratitud hacia el prostituto por ayudarlo a aprender sobre sí mismo sexualmente, era como si le hubiera dado un libro con la receta sobre su sexualidad, pero tan pronto como supo lo que necesitaba, quién era, se alzó en su cabeza una voz con desaprobación para desmerecerlo, diciéndole que era solo un niño que no sabe lo que hace. Esa masa dorada reflejaba su emergente representación de un cuerpo sexual con color/vida y sustancia propia.

Por supuesto, un caso como este nos hace plantearnos por qué B no podía trabajar sus conflictos sexuales en la transferencia. Lemma hipotetiza una escasa catectización del cuerpo por las figuras de apego clave, un déficit que le impedía representar simbólicamente su deseo. Su acercamiento a la sexualidad se dio desde unas bases débiles a nivel de la representación mental de su cuerpo. Su dificultad para integrar su psicosexualidad requirió analizar su déficit y la aceptación del uso que hizo del ciberespacio para solventar esas dificultades en lugar de las interpretaciones en las etapas tempranas.

Tras unos años de terapia, dejó a su mujer y salió del armario. Pudo desarrollar esa relación emocional de intimidad.

En la transferencia con Lemma, ella era consciente de que el Sr. B anticipó su mirada crítica, no deseante, y evitó el diván al principio. Era consciente también de que la ausencia de cualquier sentimiento erótico en la transferencia era como si su sexualidad tuviera que ser mantenida oculta de la relación terapéutica.

Los déficits del Sr. B podrían haber comprometido el desarrollo de un sí mismo fálico sexual como un paso necesario hacia la integración de la sexualidad edípica. El uso del cibersexo y del sexo de pago le permitieron desarrollar un sí mismo sexual eludiendo las ansiedades edípicas que no podría afrontar (con compañeros afectivo-sexuales, o en terapia). Esto permitió a la representación corporal del Sr. B consolidarse en su mente antes de que pudiera trabajar su sexualidad edípica en la transferencia. En este caso particular, y ciertamente no siempre, podríamos decir que el espacio virtual apoyó el trabajo analítico.

Flexibilidad somática

El potencial transformador de los nuevos medios de comunicación radica en cómo permiten poner en suspensión formas culturales del *self* (como la raza o el género, por ejemplo). Desacoplando la identidad de la relación analógica con el cuerpo, la autoinvención nos pone en un lugar de tener que representar nuestra propia identidad. Huelga decir que lo inconsciente y lo social permea en lo virtual, el género y la clase siguen estructurando las posibilidades de autoinvención y dictan los valores de la interacción *online*. Lo tecnológico no es asocial, ni acultural, ni apolítico.

Hay que abrirse a la posibilidad de que espacios virtuales promuevan un desarrollo de un *self offline* centrándose en mejorar el *cyberself*. Sería interesante explorar si los

individuos buscarán igualdad, compartir ambos mundos o si se contentarán simplemente experimentando cada identidad por separado, confinando a su contexto el mundo *on* y *offline*.

Algo del ciberespacio hace que los individuos creen personajes con sus *selves* ideales. Bessièrè *et al.* (2007) encontraron que sujetos que puntúan bajo en bienestar psicológico tienen mayores probabilidades de crear personajes más cercanos a su *self* ideal y menos como su *self* real que los que puntúan alto en bienestar psicológico. Algunas preguntas a hacernos son si estos *selves* son expresiones auténticas del *self* y si ser auténticas o no en estos espacios es psicológicamente importante

Discrepancias insalvables entre la imagen corporal en la vida real y el avatar podría llevar a favorecer o a crear una fijación por el *self* avatar, dominando lo virtual sobre lo real, lo que llevaría al individuo a pasar más y más tiempo en un estado en el que su sentido del *self* se percibe como aumentado, con el riesgo de habitar una *atomocracia* (Law, 2013), que se define como el mundo personal de uno mismo, un mundo falso regido por reglas omnipotentes narcisistas en el que no existe el sentido de realidad. Entender lo virtual como un mundo más entre los muchos que pueden visitarse a través de la percepción corporizada puede ayudarnos a que, en algunos casos, estos nuevos mundos sean teatros para desplegar el mundo interno y quizá tender puentes para el trabajo de representación en el contexto de un proceso analítico. No hay que olvidar que lo que trasciende lo *online* y lo *offline* es el individuo.

Capítulo 2. El espejo negro: ser sexual en la era digital

En este capítulo se explora el impacto de la tecnología específicamente en el desarrollo de la identidad sexual durante la adolescencia. Pese a que pudiera parecer que gracias a Internet podemos librarnos de las ataduras de lo hegemónico en el género, la raza, la clase o la sexualidad y redefinirnos de cualquier manera que podamos imaginar, esto no ha resultado así en la práctica. El cuerpo y sus identificaciones inconscientes y sus manifestaciones en las relaciones inconscientes sigue siendo un principio organizativo físico incluso cuando el cuerpo queda des-intermediado en el ciberespacio. Los cuerpos virtuales necesariamente se basan en relaciones internas y externas previrtuales.

La autora define lo que para ella es la *identidad sexual*. La conceptualiza como la categoría supraordenada que ampara aspectos centrales que dan forma la subjetividad de un individuo y el *self* sexual. Estos aspectos centrales son el objeto de deseo, la identificación de género, aspectos conscientes e inconscientes de fantasías sexuales y la imagen corporal. La identidad sexual para Lemma refleja el intento del individuo de integrar las sexualidades infantil y puberal.

De lo latente a lo evidente

Ya sabemos que Freud teorizó la etapa de latencia como un paso en el desarrollo psicosexual en el cual el impulso libidinal queda adormecido en lo que a curiosidad sexual se refiere debido a sentimientos de vergüenza, asco o pudor. Lemma se cuestiona la validez de esta etapa, sobre todo en relación al significado de la *latencia*. Debido al fácil acceso a la pornografía, niños y niñas pueden acceder a ella desde muy jóvenes, quedan expuestos sin querer y muchas veces sin intención. Lema se refiere a este periodo como *periodo de evidencia* [*blatancy stage*]. Pese a que Lemma considera que no tiene sentido

conceptualizar el desarrollo sexual respecto a una fase de latencia, sí cree que en el desarrollo sexual se da una transformación específica al llegar la pubertad y que esto supone una crisis. Se ha descrito la adolescencia como una etapa de crisis y la autora da un apunte: el proceso de cambio físico que supone la adolescencia pone en movimiento una inquietante reconsideración de la identidad personal que tiene su raíz en el cuerpo, es decir, hay que integrar el cambio puberal del cuerpo en la imagen del *self*.

Este proceso, intrincado y delicado, y la capacidad de poder experimentarlo en vez de solo actuarlo en y a través del cuerpo, se han visto minados por el énfasis que hacen las nuevas tecnologías en la capacidad de transformar, cambiar y *triunfar* sobre el cuerpo. Estas nuevas modas no causan nuevas psicopatologías per se, dice Lemma, pero sí podrían tener el impacto negativo en la capacidad del adolescente de integrar el cuerpo sexual en su *self*.

Este proceso puede ser extremadamente demandante para algunos jóvenes, incluso catastrófico. Esto unido a una baja calidad de relaciones tempranas contribuyen a un *self* corporal infracatectizado o incluso a una escisión de partes del cuerpo que se identifican como objetos malos o terroríficos, llegando a considerarse ajenos al cuerpo. En estos casos las sensaciones corporales se mantienen separadas de la imagen de uno mismo como alguien sexualmente maduro.

El espejo negro: la segunda mirada del adolescente

Los espejos, tanto reales como simbólicos, tienen suma importancia en el desarrollo del *self* corporal. El bebé busca en su reflejo coherencia, la tranquilidad de que el cuerpo contiene al sujeto. Fonagy (2008) dijo que, pese a la capacidad de la madre suficientemente buena de reflejar la experiencia de los bebés, muchas fallan a la hora de reflejar la sexualidad de niños y niñas, quedando muchas veces esta área como la única área con una carga emocional intensa a la que la madre ni intenta dar sentido para el bebé. Para Lemma esto supone que, pese a que la experiencia corporizada, especialmente la imagen corporal, se desarrolle de manera correcta tempranamente, de alguna manera se escinde entre el cuerpo sexual y el no sexual, forzando una integración en la pubertad. El fracaso en esto implica fallos en el desarrollo expresados en el lenguaje corporal. La autora afirma que el adolescente necesita un nuevo espejo que le aporte una *segunda mirada* a su cuerpo, cuya integridad prepuberal ha quedado fragmentada por el alzamiento de lo genital. A diferencia del niño, el cuerpo del adolescente está indudablemente sexuado para el resto del mundo, quedado el sujeto incapaz de ignorar esto. A su vez es aún más difícil de especularizar por los padres, que pueden vivir la nueva sexualidad del hijo o la hija como algo díscolo o incluso con inquietud.

Es común que los adolescentes busquen una mirada más allá de la de sus padres. La diferencia del teléfono móvil con los medios previos no tiene solo que ver con la cantidad de contenido sexual sin precedentes al que da acceso. El teléfono, o el ordenador, no especularizan al individuo, más bien proyecta de manera intrusiva hacia el que mira. Promueve deseos, imágenes y sensaciones al cuerpo y la mente, ofrece una sexualidad a la carta con cientos de cuerpos y configuraciones corporales diferentes.

Este espejo negro facilita la inmediatez sin mediación. No hay espera, ni tensión, ni conflicto respecto a la satisfacción sexual. Sin la experiencia de esta demora en la gratificación, se pierde la posibilidad de representar mentalmente el deseo. Esto puede llevar a la juventud a complicaciones al buscar sentido al sentimiento de interrupción de su

cuerpo sexual, al abastecer de este modo de imágenes sexuales para la fantasía masturbatoria.

Celina y la pornografía

Celina acudió a la consulta de Lemma a meses de su decimoséptimo cumpleaños. Su padre se suicidó cuando ella tenía siete años, sufría de trastorno bipolar. La madre se casó de segundas nupcias cuando Celina tenía catorce y fue entonces cuando el estado mental de Celina empezó a preocupar a su madre. Pasaba mucho tiempo encerrada en su cuarto usando Internet. Perdió el interés en los estudios, en los que había sobresalido previamente, y aunque a veces pasaba tiempo con sus amigos su madre sentía que solo conectaba con el grupo de forma superficial.

La búsqueda de ayuda vino desencadenada porque el padrastro descubrió que Celina estaba descargando pornografía con contenido sadomasoquista, lo que escandalizó a los padres. Expresó ideación suicida después de ser descubierta su pornografía.

No tenía relaciones íntimas ni con chicos ni con chicas, pero había sido sexualmente activa. Decía ser trans e insistió con mucho énfasis en que ella “sabía quién era” y no necesitaba ayuda con su sexualidad. Cuando se le preguntó por qué estaba siendo tan insistente con el tema dado que era algo que yo no se cuestionó, dijo que sus padres (especialmente su madre) pensaban que era “perverso” y estaba segura de que la analista lo pensaba también.

Lo único que le preocupaba era que ya no podía centrarse en la escuela. Admitió haber descargado pornografía pero se negaba a conversar sobre ello porque había parado de hacerlo.

Llegaba tarde a menudo a consulta. Paciente y terapeuta llegaron a entender que la fantasía de tardanza la excitaba: hacía esperar a la analista, como su “esclava” en las fantasías sexuales con las que se masturbaba, sin saber si volvería o si estaba viva. A pesar de estar este comportamiento de llegar tarde incorporado en sus dinámicas transferenciales sexualizadas, había ido a peor desde hacía unas semanas tras contarle a la autora que se sentía cada vez más desesperada al anticipar su suspenso en un examen.

Un día llegó especialmente tarde. Yacía en el diván, y con aires un tanto amenazantes, suspiró y dijo: “No digas nada. Sé que he llegado tarde... Es una pérdida de tiempo venir aquí. Si mi madre se preocupara por mí de verdad gastaría su dinero en profesores particulares porque voy a suspender todos mis exámenes. ¿A quién coño le importan los números? ¡Como si fueran a cambiar el mundo!”

La autora expresó que llegar tarde era una manera de hacerle a ella estar pendiente y desear que entre por la puerta para sentirse tranquila de que todavía seguía viva al verla entrar. Cuando cambió el análisis a su guión sexualizado de su preferencia, como había hecho al llegar tarde, la conversación se convirtió en una “pérdida de tiempo” para Celina. Pese a todo pudo contar que se sentía cada vez con menos control sobre su mente y desesperada ante la posibilidad de cambiar. No le importaba lo que pensara la terapeuta, ni le importaba nada en general. Su rumiación característica continuó, pero se fue apaciguando mientras hablaba. El discurso se hizo más fragmentado, empezando y terminando frases como si en la ausencia de su rabia, de su manía, de la intoxicación sexual, era inexorablemente llevada a un estado mental en el que sus pensamientos se

fragmentaban y se sentía tremendamente desesperada. “He perdido la maldita hora de hoy y ahora estás obligada a terminar la sesión”.

La autora observa que no logró persuadirse a ella misma o persuadir a Lemma de que no le importaba nada, que de hecho estaba bastante preocupada sobre su estado mental y sobre cómo se privaba de la ayuda terapéutica llegando tarde.

La siguiente sesión “solo” llegó quince minutos tarde. Se tumbó abrazando sus piernas como queriendo convertirse en una bola, esconder su cuerpo de mi mirada. Lemma la saludó expresando que le parecía ansiosa, quizá por algo que yo pudiera ver. El silencio que sobrevino se tornó tenso mientras se retorció en el diván. Con el tiempo dijo que se alegraba de que no tuviera que mirar directamente a la terapeuta (por estar en el diván), que seguramente pensaba que ella era repulsiva. Deseó que Lemma estuviera en otro diván contiguo al suyo, cabeza con cabeza, para no pudiera mirarla.

Lemma dijo que con la disposición que ella quería no podría mirarla, pero estarían aún más cerca, nuestras cabezas/mentes casi se tocarían, incluso cuando revelaba cosas vergonzosas o inquietantes para ella.

La transferencia homosexual era evidente aquí, pero en ese momento Lemma no sintió presión a responder a la activación de la vergüenza (el deseo de no ser vista), ni a la necesidad de Celina de sentir que la analista podía todavía soportar estar cerca de ella. Por esto la autora decidió no interpretar la transferencia más directamente, sino que usó su deseo, un tanto velado, de acercamiento y aceptación cuando se sentía avergonzada.

Celina permaneció callada como una tumba durante cinco minutos, tras los cuales dijo que nunca paró de ver pornografía. Lo hacía temprano por la mañana y luego borraba el historial porque estaba segura que su padrastro la vigilaba.

Si permanecía callada en lugar de ofrecerle un espacio para la reflexión la autora pensó podría convertirse en la madre asqueada que quiere mirar hacia otro lado. Dado lo agudo de su ansiedad, tampoco pensó que fuera apropiado interpretar el tipo de objeto en el que se había convertido.

Se dio un silencio durante el cual no paró de moverse, y Celina dijo que antes tenía orgasmos cuatro o cinco veces por noche, tras lo cual se dormía. Estaba preocupada porque ahora le resultaba más complicado llegar al orgasmo viendo porno. A veces frotaba con fuerza su clítoris y tiraba de él durante tanto tiempo que llegaba a hacerse daño... A veces lo disfrutaba deseando que pudiera arrancárselo... Dijo, ansiosamente, que las imágenes que encontraba excitantes en Internet eran cosas que a ella nunca se le hubieran ocurrido: “No están en mi cabeza hasta que las veo, y siempre vuelvo a mirarlas. Son como habitaciones de cuya pintura me aburro... Y ahora tengo que pintar las paredes una y otra vez”.

Tras otra pausa añadió que desde que le costaba llegar al clímax había buscado imágenes y vídeos aún más perturbadores. Contó que querría ir a algún sitio y pagar por sexo, como un compañero suyo mayor del colegio. Sentí que su estado mental cambiaba: ansiosa y sexualmente excitada. Como si ella hubiera mostrado demasiado y ahora se estuviera recuperando, cogiendo el aliento para manejar su vergüenza y ansiedad. Celina estalló al poco, pensando que iba a perder la cabeza: “Estas imágenes... No son más... ¿Entiendes? ¡ESTA NO SOY YO!”

La autora respondió diciendo que parte del atractivo de ver pornografía era que temporalmente le permitía apagar la parte de su mente que se sentía confusa, ansiosas y avergonzada. Pero que tenía razón: cuando más intentaba gestionarlo viendo porno, más se ponía en peligro de perder la cabeza, de no saber cuáles eran sus fantasías, si podía contenerlas, y sobre todo de estar en peligro de no saber quién es.

Celina estuvo en silencio pero cuando volvió a hablar su tono me resultó desapegado y desdeñoso otra vez: “Supongo que estás a gusto ahora que me lo has sacado, que para eso te pagan... Para sacar la verdad”.

La sensación de la analista fue que Celina le había permitido ver demasiado, que ella misma se había expuesto a la terrible experiencia de no saber quién era, y transformó su ansiedad y vergüenza en ese escenario que la excitaba sexualmente, lo que le garantizaba una medida de control: ahora Lemma era la dominatrix que le había extraído la indecente verdad y además iba a poner fin a la sesión. Celina estaba convirtiendo su pena en placer.

De “sé quién soy” a “esta no soy yo”. El discurso de Celina comenzó con la insistencia de saber quién era, declarada trans, segura en el refugio de la pornografía. A lo largo del tratamiento con Lemma, Celina declaraba estar insegura de quién era. La pérdida traumática de su padre, y lo que para Lemma fue una depresión de larga duración de su madre, Celina tuvo una adolescencia complicada cuando su cuerpo se convirtió en la fuerza activa en sus fantasías y comportamientos sexuales y agresivos. Su organización defensiva se tensó al cumplir catorce, cuando su madre se casó de segundas nupcias y ella empezó a menstruar. Su evasión al porno ganó trascendencia poco después de estos eventos. La fantasía masturbatoria de Celina tenía un claro guion: la mujer era la dominante y el hombre siempre permanecía sumiso, esperando la atención de Celina. El análisis de la autora y Celina llegó a hacer ver que esta fantasía reflejaba la identificación de ella con el padre en su versión castrada, en la que perdió el control de su mente y su cuerpo y se quitó la vida, en la fantasía de Celina en circunstancias humillantes, y la versión dominante del padre, controladora y maníaca que ella conoció de pequeña. Llegaron a comprender juntas que todo esto funcionaba como parapeto contra un duelo no transitado por el padre, que Celina temía sentir por miedo a romperse. El espejo negro era la alternativa a mirar a su interior, convirtiendo el dolor que no podía procesar en excitación sexual. Pese a esta fantasía de que el dolor puede desvanecerse, el coste que tiene esta defensa es inmenso para el self puesto que los muertos y los vivos cohabitan fusionados en una identificación dominada por el odio.

Con el tiempo pudo ver al padrastro como una figura importante para rebajar la tensión entre la hija y la madre, pero también era visto como alguien a quien dominar y castigar. Entendieron la imagen de la dominatrix de Celina como un triunfo sobre la madre.

Al eliminar todo lo intermediario de la pornografía de antes (soportar la vergüenza de pedir una revista, ir hasta allí, pagarla...) la persona joven corre el riesgo de enfrentarse al impulso regresivo que suponga una huida de la genitalidad.

Examinando mitos distópicos: ¿Afectan negativamente las tecnologías móviles al comportamiento sexual de los jóvenes? La pornografía actual no solo se caracteriza por su fácil y rápido acceso, sino que normaliza la imagen de interacciones sexuales cortas y urge la búsqueda del orgasmo, invisibilizando la complejidad de las

relaciones sexuales y obviando el cariño y la contención en el acto sexual. Además, abusan de Internet personas cada vez más jóvenes, entendiéndose este abuso como una forma de aliviar el estrés emocional, lo que promueve que se siga utilizando pese a las consecuencias negativas que está teniendo.

El impacto negativo del visualizado de ciertos tipos de pornografía no solo implica la erosión moral respecto a prácticas peligrosas y de trato vejatorio hacia las mujeres (y el traslado de esto a la vida real), también incluye en el caso del porno no violento la idea de que lo que se ve en el porno es la realidad y no una fantasía cinematográfica. Todo esto influye, por supuesto, en la imagen corporal (con modas como la labioplastia y la depilación del vello púbico) y la adicción que provoca.

Las actividades comunicativas también han cambiado, *online* y por el móvil es más probable que se den agresiones y contenidos sexuales inapropiados en las interacciones.

Con una mirada psicoanalítica, Lemma advierte que la disponibilidad del porno podría llevar en la adolescencia a mayores dificultades para integrar el cuerpo sexual en su representación del *self*. Una pantalla que impone imágenes sin parar de manera indiscriminada interfiere con el proceso de vivir experiencias, reorganizar y integrar el desarrollo psicológico en un nuevo contexto de cambios y madurez sexual. En el caso de Celina, el abuso de la pornografía impedía el trabajo con la representación de su propio deseo.

Identidades trans-itorias. Lema expresa que la elección es la base de la identidad contemporánea. Los desarrollos tecnológicos crean cada vez más opciones, y disuelven los viejos roles sociales que guiaban la formación de identidad, ahora reemplazados por modelos más abiertos, experimentales y fragmentarios (Bohleber, 2010). La autora no cree que esto sea algo malo en sí mismo, pero que mostrarnos como *biográficamente flexibles* y abiertos al cambio sí es una presión. La libertad trae sus riesgos, jóvenes vulnerables podrían tener dificultad para integrar una identidad sexual estable.

Para Celina, ser trans suponía un inconformismo con los roles de género, quería un cuerpo masculino y dejar clara su atracción a chicos y chicas. Para ella, ser trans era su manera de comunicar que no se sentía ligada a su cuerpo. Lemma aclara que esto no es el caso para todas las personas trans, pero sí lo era para Celina.

Lemma piensa que la transexualidad ampara muchas definiciones e incorporan toda la variedad de géneros y preferencias sexuales, lo que se ha convertido en una herramienta de activismo e identificación personal. Engloba variadas concepciones corporales internas en relación con las preferencias sexuales externas y la identificación de género.

La libertad alcanza su cumbre con la posibilidad de personalizar el propio cuerpo (modeladas las tendencias por el consumismo neoliberal). El riesgo de esto es que la identidad se basa en lo que la autora denomina *imitaciones adquisitivas*, donde la imitación triunfa sobre la identificación.

El problema no tiene que ver con la elección de objeto de deseo (que no ha de patologizarse) sino con la relación tan complicada de algunos jóvenes con el cuerpo y sus identificaciones inconscientes, por lo que la identidad puede cristalizarse en la confusión

de género. El problema de todo esto es que se merma la capacidad de reconocer el origen y el significado del propio deseo sexual.

Pensamientos finales en relación al espejo negro

Lemma aconseja a los terapeutas que traten con jóvenes hablar más abierta y francamente sobre la sexualidad y el cuerpo, incluso aunque no sea un problema inmediato. Es importante tratar cualquier preocupación o problema que pueda surgirles a los jóvenes respecto a su cuerpo y su sexualidad. Recomienda evitar ser demasiado intrusivos o sucumbir a los impulsos *voyeur* que hay en los terapeutas. Hablar de sexo y sexualidad siempre implica nuestra propia historia, nuestra moralidad y nuestras inhibiciones. Nos incumbe a todos y todas hacer un seguimiento de cómo estas nos imposibilitan mantenernos abiertos y enfrascarnos en conversaciones nutritivas y abiertas en lo que se refiere a la gente joven deviniendo en seres sexuales en la era digital.

Capítulo 3. El deseo sin intermediarios. Del 3D(eseo) al 2D(eseo)

La inercia de lo veloz

La inmediatez de la vida *online* crea una experiencia de completitud que recuerda al estadio de unidad primordial. La relación más temprana del niño con la madre resuena en esta inmediatez sin mediación: es posible ver una receta *online* y con un solo *click* comprar todos los ingredientes y que nos lo traigan a casa. El deseo ya no tiene que postergarse tanto, es cada vez más inmediato.

El deseo es la fuerza que da dirección al aparato psíquico en psicoanálisis. A partir del deseo y profundizando la relación con el *otro* que se forma como consecuencia de las presiones de satisfacción del deseo se forma la subjetividad humana. Lemma explica que el deseo puede medirse de dos formas: la anticipación y la postergación de la gratificación.

La autora se define como inmigrante digital (en oposición a los nativos digitales, que han nacido ya en esta época de avance tecnológico). Dice que ella creció en un ambiente de 3D(eseo), caracterizado porque se solía dar la siguiente secuencia de experiencias: el *Deseo* era seguido de la *Demora* y acababa con la *Realización* [*Delivery*] de lo deseado. Sin la intermediación de la demora, no existe en movimiento necesario hacia la otredad. La generación digital está creciendo en un mundo de 2D(eseo), en el que este ciclo ha perdido lo intermediario: al deseo le sigue la inmediata Realización (ya sea comprando en Amazon, viendo porno gratuito o buscando pareja).

Sin la experiencia de la demora o la frustración, el deseo pierde su forma en tres dimensiones, impidiendo representar los diferentes aspectos de lo que supone experimentar deseo. Esa la frustración lo que hace que sea posible la experiencia de la representación de dicha experiencia de deseo. No puede trabajarse sobre el deseo sin intermediarios.

Para la autora, el trabajo sobre el deseo hoy en día hay que basarlo en cómo se experimenta el espacio y el tiempo. Dice que ciberespacio es una palabra que lleva a equívoco porque no reproduce un espacio, sino que lo elimina. Las nuevas tecnologías favorecen que lo temporal desintegre lo espacial: no hay aquí, todo es ahora, como si el

mundo *online* operara unidimensionalmente, fijado en el centro del *self* y donde la gratificación y la fusión con el objeto quedan indiferenciadas.

El cuerpo como enlace

Siguiendo las ideas anteriores, el cuerpo es esencial para entender la experiencia subjetiva del individuo en su experiencia con el tiempo. Los ritmos corporales son las experiencias más arcaicas de la experiencia de la temporalidad, y tienen mucho que ver con ritmos de frustración y satisfacción (el hambre, la sed, el sueño...). La manipulación del cuerpo y la experiencia de corporización inevitablemente cambia la experiencia subjetiva del paso del tiempo. Para Bergson (1988) el cuerpo supone un espacio de demora entre dos movimientos: la acción y la reacción. A esto lo llama *demora original del cuerpo*.

El cuerpo es un objeto intermedio del paso del movimiento recibido y el devuelto, un enlace entre lo que actúa en nosotros y sobre lo que nosotros actuamos. Esta noción del cuerpo como enlace capta la manera en la que la tecnología elimina el espacio a favor del tiempo y hace al cuerpo más o menos redundante, lo que podía interferir con las funciones fundamentales del cuerpo: lo que visceralmente nos ancla a la experiencia de la pausa y la espera. La pausa que a su vez nos empuja hacia la representación mental de la experiencia se pierde cuando se anula el espacio.

La pausa permite que se creen *enlaces* entre las acciones del cuerpo y reacciones que adquieren significado en la mente. Enlazar supone pasar de una trayectoria a otra.

La estructura masoquista del deseo supone encontrar placer ante la frustración de la gratificación inmediata. Encontrar placer en la espera requiere un trabajo físico. Las nuevas tecnologías provocan que este desarrollo cambie: si el cuerpo es el vehículo de experiencias original de la demora, la velocidad de Internet junto a la relativa redundancia del cuerpo en cuanto a su acceso al objeto de deseo, hacen aparecer un nuevo mundo mental: *el placer en la demora* cambia por *el placer en el triunfo sobre el deseo en sí mismo*. Un estado mental triunfalista produce y sostiene un estado mental omnipotente y regresivo que funciona mediante los modos de prementalización equivalencia psíquica (se viven los pensamientos como la realidad de manera isomórfica) y el modo como-sí (en el hay una desconexión de las emociones propias y ajenas).

El ciberespacio es especialmente reforzante para estos modos primitivos de experimentar el mundo. En el modo de equivalencia psíquica la protección de la fantasía crea la ilusión de control del mundo externo, igualando lo *on* con lo *offline*. En el modo como-sí los estados mentales se experimentan como omnipotentes, pero funcionan *como si lo fueran*: son sentidos separados de la realidad y protegen el estado mental omnipotente.

Un desarrollo normal, en el que se mentalizan los estados mentales, destruye la fantasía omnipotente, pero esto puede pasarse por alto por la capacidad del ciberespacio que nos permite personalizar al otro, permitiendo que siga imperando un estado omnipotente de la mente.

Personalizando al objeto: reflexiones psicoanalíticas sobre Her

La autora cuenta varias escenas de la película *Her*, en la que un hombre se enamora de un sistema operativo, Samantha, interpretado por la actriz Scarlett Johansson, que ilustra un escenario psíquico omnipotente. Theodore, el protagonista, se acaba enamorando y diciéndole al mundo que es su novia. Samantha es potencialmente onnisapiente, pero es un ser nuevo en el mundo y desea tener experiencia. Pese a que su consciencia es mero código, crece y evoluciona con un otro, sin la otredad no puede evolucionar. La película trata sobre cómo deseamos conectarnos con otro, pero pone de manifiesto que el hacerlo supone una demanda emocional y un desafío de la intimidad y de nuestra naturaleza corporizada: no podemos escapar de esas demandas porque el cuerpo es siempre una prueba de que estamos interrelacionados, siempre lleva la marca del toro. Lo tecnológico purga el cuerpo de lo abyecto de las emociones, nos exime lo sucio de las entrañas y los fluidos que expulsa. Crea distancia de la naturaleza orgánica y sus limitaciones, de nuestra dependencia al otro y de la cruda realidad de ser *dioses con ano*. La incorporeidad de Samantha supone que Theodore nunca tendrá que lidiar con lo pegajoso, lo húmedo o lo sangriento del cuerpo, tan solo la metálica y aséptica superficie de su disco duro. No obstante, Samantha está celosa de no tener un cuerpo y llega a contratar a alguien para que tenga sexo en su lugar con Theodore, lo cual acaba en este echando a la chica de carne y hueso y haciendo llorar a Samantha. Para Lemma esto supone la negación del otro como sujeto. La vergüenza es proyectada en la chica rechazada, Theodore no la reconoce como suya. Theodore ve el cuerpo del otro como un obstáculo para su deseo, la otredad es lo que es problemático. Su sexualidad supone un autoerotismo en el que solo su cuerpo es real. Sabemos por experiencia clínica que muchos pacientes que sufren disfunción eréctil o anorgasmia son incapaces de aceptar, en el momento del acercamiento sexual, la unión de su deseo por el objeto fantástico y el real. Aquí es Samantha quien paga por no tener un cuerpo, alienada por un encuentro meramente virtual. Theodore solo se relaciona sexualmente por teléfono o por sus auriculares, la intimidad física real supone que el otro deja de estar despersonalizado, por lo tanto no es el producto de sus fantasías.

¿Cuál es el destino del cuerpo en la mente, siendo que la mismísima experiencia de intimidad está alterada porque la realidad virtual es una forma de comunicación que impone la distancia en un *self* cuya corporización se experimenta de manera diferente? Para Anzieu (1989) ya no es la sexualidad lo que se reprime, sino el cuerpo sensual, el cuerpo que tiene que ser a través del otro, ese cuerpo que niega la tecnología, modificando la manera en la que nos sentimos solos.

Her nos muestra lo atractivo del ciberespacio y el coste que conlleva. Culpamos a las máquinas en lugar de pensar sobre nuestra propia mente, ponemos el foco en lo negativo de los aspectos de las relaciones tecnológicamente mediadas. La problemática no surge como factor intrínseco, sino cuando usamos la tecnología defensivamente. Nos recuerda el potencial uso de lo virtual como un espacio de exploración, por un lado, o negador de la experiencia de corporización del individuo y de lo que significan las relaciones íntimas.

La inmediatez virtual sí podría influenciar nuestra capacidad de vincularnos, emocional y sexualmente, una capacidad muy relacionada con el deseo. El cibersexo, por ejemplo, pone al cuerpo como un *terminal* de deseo, pero deja de ser un objeto de deseo. La cibersexualidad, cuando se acompaña de aislamiento relacional físico se convierte en placer sin sujeto ni objeto. No es que el deseo se sustituya por el placer, sino que señala el rechazo de la otredad, pues es el momento en que el otro desaparece. El fácil acceso a la

pornografía cortocircuita el duro trabajo psíquico de trabajar nuestro deseo: el otro es un objeto que no existe fuera a nuestro control.

Parte II. Lo de dentro sale fuera

Capítulo 4. Psicoterapia mediada

En la era de la globalización y la rápida economía, el tiempo y la distancia geográfica se han convertido en variables que determinan la viabilidad de una terapia más o menos intensiva. A veces supone una oportunidad para forzarnos a pensar críticamente lo que funciona en una terapia, y otras supone un riesgo en tanto el encuadre psicoanalítico tradicional se desconfigura en otra cosa diferente.

Históricamente, la psicoterapia mediada no es nueva. Ya se conocían cartas de Freud con su amigo Wilhelm Fliess y también se conserva la correspondencia terapéutica con el padre del famoso pequeño Hans. Lo nuevo es que ahora es cuando se está hablando de ella dentro del debate psicoanalítico.

Laura

Laura estuvo muy agradecida con la autora cuando accedió a tener una sesión con ella por Skype. Tenía 19 años y sufría ataques de pánico.

Ella estaba en una habitación vacía de la universidad, dijo que era un lugar privado. La analista notó en ella un semblante preocupado. Dijo que estaba preocupada por los exámenes y la ansiedad que desde hacía tiempo la acompañaba por no ser popular ni tener muchos amigos. Contó que alguien había entrado en la habitación de otra estudiante. Desde entonces Laura también se sentía insegura y no podía dormir por la noche. Tenía la preocupación de que otros compañeros de su ala pudieran estar implicados en el incidente. Sentía pánico solo de pensar estar en su habitación.

Rompió a llorar. Enfatizó cómo no se podía confiar en nadie hoy día: “Cualquier conocido puede acabar yendo a por ti”. Entonces miró a la derecha y se acercó a la cámara hasta tapanla, como si alguien fuera a entrar en la habitación. Lemma preguntó si estaba preocupada de que alguien pudiera entrar. Respondió que no pero me la autora notó que miraba algo más allá de la pantalla y parecía distraída.

Conforme escuchaba a Laura la analista era consciente de lo difícil que era sentir compromiso con ella. Se mostraba ansiosa, sin duda en parte esto estaba relacionado con los exámenes inminentes, pero también había una sensación de que el intercambio terapéutico se estaba dando en un espacio no seguro, como si cualquiera pudiera entrar y entrometerse en su sesión. La terapeuta se dió cuenta de que ofreciéndole la sesión por Skype le ofrecía ayuda, pero la realidad para Laura fue que, a menos inconscientemente, lo estaba experimentando como una brecha en la seguridad en la relación terapéutica. La analista se había vuelto cómplice ofreciéndole un encuadre a distancia que ella no sentía seguro.

El encuadre analítico

En este apartado la autora reflexiona sobre el encuadre analítico. Para ella, adherirse a los límites del mismo no es inflexibilidad o pedantería, sino que tiene que ver con la importancia y valor que se le da a la estabilidad y confianza en el desarrollo del

paciente. El mismo cuerpo del analista se contextualiza como una figura siempre presente en el encuadre, propiciando el sentimiento de constancia y por lo tanto su función contenedora y la susceptibilidad a cambios que pudieran movilizar fantasías y ansiedades tanto en el paciente como en el analista. Cómo se siente la analista, cómo respira, cómo se mueve, habla y viste son características sensoriales que contribuyen al encuadre y a la sensación de contención que provee. Estas constantes, por su virtud de ser de naturaleza corporizada, son difíciles de mantener estables, por lo que el paciente podría reaccionar a estas más que a otras características del encuadre, y despertarse fantasías en el paciente. La forma de vestir podría verse como fría o demasiado alegre, la habitación cálida o vacía, la postura hostil, distante o cercana...

Terapia por Skype: el desafío de la presencia y la importancia de lo relevante

La terapia mediada es muy diferente al encuadre tradicional. La autora cree que no es solo una pequeña modificación de este, sino que modifica los mismos fundamentos del encuadre. Hace diferente el tipo de trabajo que puede hacerse incluso si el encuadre interno es psicoanalítico. No es para todo paciente o todo terapeuta, siendo más propensa a funcionar mejor con terapias cognitivas o conductuales respecto a terapias basadas en el afecto y terapias relacionales. Hace más complicado el trabajo analítico y los procesos de actuación y de respuestas contratransferenciales.

La autora habla del *eje de la presencia corporal* en la cuestión de si la experiencia de corporización del paciente y el terapeuta se da en el mismo espacio físico o en un espacio virtual. Si se hayan en el mismo espacio se puede usar una comunicación implícita plena y formas complejas de comunicación no verbal, que muchas veces hacen visible lo inconsciente. Si no se comparte el mismo espacio la terapia tiene lugar en un contexto de presencia virtualmente corporizada. El modo principal de comunicarse queda restringido a la comunicación explícita, pues queda muy mermada la posibilidad de acceder a algo más implícito. No solo por no estar en el mismo lugar, sino por interrupciones tecnológicas que puedan ocurrir (retraso en la imagen, interferencias...).

Lemma también habla del *eje de la relevancia*. Con relevancia se refiere a la sensación del analizado de que la terapia, la ayuda que se le ofrece, tiene un sentido y le está sirviendo para mejorar de forma relevante. Por Skype podría darse la sensación de estar menos contenido en persona por la presencia del terapeuta, siendo malentendido o descuidado, al no percibir la totalidad del cuerpo y la presencia que ampara. Hay que tener en cuenta que la terapia por Skype es diferente a la presencial, y por ello tener en cuenta la experiencia inconsciente que podría estar produciendo la terapia mediada por Skype.

Martin

Fue uno de los primeros pacientes con los que la autora usó Skype en el contexto de una terapia previamente presencial por motivos de trabajo.

La razón por la que Martin acudió a terapia fue un matrimonio desafortunado con una mujer que pese a ser amable y darle mucho apoyo, en sus relaciones íntimas experimentaban muchas inhibiciones. Martin estaba consternado por su propia sexualidad, que le costaba integrar en una relación amorosa. Una de las razones por las que escogió a su esposa fue que las dificultades de ésta le aseguraban cierta protección frente a sus propias ansiedades profundas relacionadas con la intimidad sexual y afectiva.

Ahora que sus hijos eran mayores y se habían independizado, Martin se dio cuenta de lo vacío que estaba el matrimonio y se preocupó por su sexualidad bifurcada: inexistente con su mujer, pero frecuente con prostitutas. Al principio frecuentar las trabajadoras sexuales fue muy excitante para él, mas ahora había empezado a sentirse sucio y preocupado de que sus compañeros de trabajo supieran de esto.

La analista y él no solo no estaban en el mismo espacio físico, tampoco en la misma zona horaria.

Previamente se habló de la importancia de hallar un espacio privado y libre de intrusiones, lo cual resultó difícil y a veces fueron interrumpidos en el proceso de la sesión. Además, la forma de estar en terapia cambió: él ya no estaba en el diván y Lemma ya no estaba detrás de él escuchando. En el trabajo él se convertía en su *self* profesional, sentado frente a la pantalla lo cual contribuyó a intercambios entre ellos que fueron muy interesantes para él pero que a juicio de la autora fueron más bien algo similar a un proceso de coaching y no a un psicoanálisis.

El diálogo perdía profundidad. Lemma lo sentía superficial y le costaba conectar con él. Martin parecía no notar este cambio y decía que hallaba las consultas provechosas. A través de la pantalla la analista veía cómo Martin se iba alejando de la pantalla como si quisiera poner aún más distancia entre los dos. Sus brazos permanecían cruzados y no paraba de mecerse en la silla. En las sesiones presenciales anteriores, en el diván parecía más relajado, sin moverse tanto.

Se le propuso a Martin reflexionar sobre lo diferente que se comportaba ahora y cómo la analista parecía haberme convertido en su mujer: una compañera con la que descargarse pero con un intercambio emocionalmente distante, muerto. Contó un sueño que tuvo la noche después de la segunda sesión por Skype en el que está en un bar sin gente y bebe una pinta tras otra de cerveza. Se extraña al no emborracharse pero se levanta y cae inconsciente. En el sueño se despierta días después en un estado decadente.

Cuando viajaba, tenía muy malos hábitos como irse a dormir muy tarde, ver porno en Internet o beber más de lo que debería. Se preocupaba por lo mucho que veía porno. Pensó que esto podría ser una forma de rebelión contra las rutinas mundanas que tenía que cumplir cuando estaba en casa con su esposa. Al estar fuera podía dejar fluir los excesos y ser todo lo indulgente que quería.

Con el tiempo entendieron que el sueño estaba directamente conectado con el cambio de escenario. Pese a que pudieron seguir viéndose y sentir agradecido con la analista por adaptarse a sus circunstancias, en realidad sentía que al aceptar tener sesiones por Skype lo había abandonado. La misma pantalla en la que veía porno y se sentía a merced de “imágenes baratas e indignas” era en la que aparecía ahora la terapeuta. Tras darse cuenta de esto, las sesiones se volvieron más vivas y más próximas a lo que fueron en persona.

Semanas más tarde Martin hizo una sesión en la habitación de un hotel. Mencionó que era raro hablar desde su dormitorio, pero que no era un problema. Conforme avanzaba la sesión a la autora se le hacían cada vez más incómodos la poca calidad de los intercambios entre nosotros: las formas de Martin eran algo seductoras.

Lemma tuvo claro que Martin no se sentía seguro, y que manejó la ansiedad con la sexualización: estaban en su dormitorio haciendo un trío. A él le excitaba pero claramente eso no era terapia, ni se le podía sacar provecho.

Una vez interpretada esta dinámica y recompuesto el encuadre, Martin se sintió aliviado al reconocer la terapeuta lo que había supuesto aceptar la terapia por Skype y cómo él lo había usado para actuar una dinámica familiar. Tras unos meses llegaron a la conclusión de que era mejor saltarnos sesiones a usar Skype.

Sintonizando con el cuerpo

La terapia exclusivamente por Skype compromete completamente lo que supone el trabajo psicoanalítico. La fuerte merma la información no verbal que implican los encuadres no corporizados y supone una dificultad añadida a trabajar con los profesos transferenciales. Cuando obviamos la experiencia de *ser cuerpos que están juntos* limitamos a un estado mental lo terapéutico de la presencia que implica aprender formas de estar juntos en un mismo espacio.

Lemma piensa que los pacientes con dificultades para establecer y mantener diferenciaciones estables del objeto y los que presentan dificultades importantes para simbolizar no son buenos candidato para hacer terapia online. . Al no poder proyectar en el cuerpo del analista, no son los mejores pacientes con los que realizar psicoterapia mediada.

Para algunos pacientes, es importante sentir la *aceptación sensorial* del analista antes de abrirse a sus interpretaciones, necesitan *sentir* que el terapeuta acepta corporalmente sus experiencias. Esto es imposible vía Skype.

No es lo mismo empezar una terapia presencial y luego hacerla por Skype. De este contexto el analista puede sacar, de su experiencia de corporización compartida, información que le ayude a ampliar el rango de información recibido por la pantalla, al conocer ya el cuerpo del paciente. El terapeuta puede hacer referencia a sucesos del pasado en la consulta, del ambiente que se compartió, para hablar de la postura, de la respiración... Estos *marcadores somáticos* que se propician por la *contratransferencia somática* (la que se da entre dos cuerpos sensibles, cara a cara) podría relajar la vigilancia epistémica (esa desconfianza que trata de dilucidar si lo que pasa en terapia es significativo o no), y es que la terapia mediada por Skype podría hacer que se experimente al terapeuta como un *tercero misterioso*.

Mala

En la línea del caso anterior, la autora nos presenta a Mala una exitosa mujer de negocios en la década de los treinta, caso con el que intenta seguir explorando y reflexionando sobre la idoneidad de la terapia mediada. Fue a vivir al extranjero tras dieciocho meses de trabajo conmigo y empezamos terapia por Skype con el acuerdo de que viajaría a Londres tres veces al año durante dos semanas, para poder hacer sesiones presenciales esas seis semanas.

La demanda de Mala tenía que ver con una relación difícil con su madre, la cual sentía muy entrometida, intrusa incluso, con su cuerpo y su mente. Durante los primeros

nueve meses de terapia (presencial) se encerraba en largos silencios, la analista sentía que se mantenía distante para protegerse de una intrusión por mi parte que ella anticipaba.

Como no hablaba mucho, Lemma basó mis intervenciones en su contratransferencia somática. Al entrar y salir de la consulta mantenía la cabeza gacha al darle la mano. El apretón (culturalmente apropiado al contexto de Mala) le revelaba unas manos siempre sudorosas. La primera vez que se saludaron así la autora tuvo la impresión de que de alguna manera su sudor penetraba en mí y sintió la necesidad de lavarse las manos.

Durante muchos meses, tras el diván, pensó la analista en esta experiencia visceral paradójica: por un lado lo vivió como una intrusión, pero por otro lado, en consulta Mala acallaba su mente y se sumía en un silencio impenetrable. El único movimiento que hacía era flexionar el pie derecho atrás y adelante sin parar, mientras yacía muy quieta en el diván. Esto tenía una cualidad autoerótica y el efecto que provocaba en la autora era de distanciamiento. Lemma cuenta que se sentía somnolienta en las sesiones y su mente vagaba cuando la paciente pasaba cuarenta minutos en silencio, sin responder a los intentos de hablar con ella.

Un día, estando en el diván, Mala se levantó de repente con pánico ante la idea de haberlo manchado con sangre menstrual. El sudor y la sangre son formas muy viscerales con las cuales vierte parte de sí misma sobre mi cuerpo/espacio. Esto podría indicar un deseo erótico de relacionarse de forma sexual e íntima conmigo, lo que le produjo excitación, ansiedad y culpa. Durante buena parte del trabajo analítico se tuvo que recabar información sobretodo de manera sensorial. Este tipo de información no puede procesarse de manera mediada. Con el tiempo estas reacciones somáticas les hicieron entender a paciente y analista experiencias preverbales con la madre de Mala, una mujer que sufrió varios brotes psicóticos y alternaba periodos en los que era activa y muy intrusiva con el cuerpo de Mala y periodos de depresión severa, volviéndose inaccesible para Mala.

Cambiar al formato Skype no fue fácil, además su madre falleció poco antes de esto. Mala sintió que había perdido todo lo que la sujetaba. Ella trataba de emular el encuadre presencial, tumbándose en un sofá como si fuera el diván, con el iPad al lado de su cabeza, fuera del campo de visión pero cercano. Las llamadas eran solo por voz, salvo los momentos de saludo y despedida, pues usar la cámara traía problemas con la conexión.

A Lemma le costaba representarla en su mente, pero cuando se aferraba a la memoria somática que tenía de ella se sentía más conectada. A menudo preguntaba a Mala cómo se sentía (más de lo que hubiera hecho en persona) e intentó animarla a describir su experiencia corporal.

Cuando lo sentía apropiado, la terapeuta recuperaba algunos marcadores somáticos familiares. Ya antes de empezar por Skype hablaron sobre lo que le suponía el apretón de manos sudoroso, con el que se sentía expuesta y cómo quedaba al descubierto su ansiedad. En una ocasión, hablando sobre un suceso que apuntaba hacia la intrusividad de Mala, la autora hizo referencia a esto del apretón de manos en cuanto a la expresión de ansiedad e intrusismo que suponía.

Mala rompió a llorar y dijo que echaba de menos la consulta y su olor distintivo. Contó que había buscado una vela con un olor parecido al de mi consulta. Se sintió decaída al no encontrar nada similar y deseó que le dijera la marca de las velas que yo

usaba. La autora respondió que parecía pedirle la *marca* de la terapia que hacían presencialmente, y no su adaptación virtual. Mala se sintió aliviada al oír expresarse así a la terapeuta, entendiéndola.

Contrariamente a lo que pasó con Martin, parecía posible continuar por Skype con Mala. Se había mudado permanentemente, por lo que no parecía haber otra opción. Fue importante tanto para Lemma como para Mala darse cuenta de la pérdida que supuso su trabajo *online*. Fue importante la paciente que la analista lo reconociera también, tal y como pasó con Martin.

El terreno resbaladizo de Skype

La relación analítica, dice Lemma, se desenvuelve en un contexto paradójico: depende del establecimiento de reciprocidad en una relación asimétrica. El compromiso forjado entre terapeuta y paciente alberga la esperanza y la promesa de aceptación y comprensión del paciente, incluso de los aspectos más odiados del *self*. Esta experiencia interpersonal conecta con una necesidad universal de ser amados con nuestros defectos. El encuadre estimula y frustra ese sentimiento. El terapeuta tiene que lidiar con su frustración en esta relación. Esta frustración se contrabalancea por la seducción de la reciprocidad y la sintonía momentánea con el paciente. El encuadre analítico clásico (no mediado) contiene tanto al terapeuta como al paciente en este sentido. El riesgo de que la terapia se convierta en algo informal es seductor, pues Skype relaja los límites del encuadre.

La naturaleza portátil del formato Skype (móvil, ordenador, tableta...) es algo a tener en cuenta, pues con alta probabilidad el mismo ordenador en el que se hace la terapia, se visualiza pornografía. Este tipo de interacciones fomentan un encuentro más familiar o amistoso, más casual. Estos contextos fomentan actuaciones en ambas partes de la díada terapéutica, lo que propicia fantasías de entrar en un espacio íntimo y fácil acceso a la vida del terapeuta, lo que predispone a un ambiente seductor, puesto que *nada pasa en la realidad*. Esto tiene que ver con el *efecto de desinhibición online* que Suler (2004) describió, caracterizado por el anonimato, la invisibilidad, la asincronía (las acciones no ocurren en tiempo real) y la introyección solipsista (no veo al otro, por lo que me invento quién es y lo que quiere), imaginación disociada (pensar que tras la pantalla no hay gente real) y la sensación de poder actuar con libertad e impunidad. No todo esto es relevante en la terapia por Skype, pero sí la parte de imaginación disociada y la última relacionada con la autoridad.

En definitiva, Skype puede resultar un escudo respecto a pulsiones eróticas porque ni paciente ni terapeuta se pueden tocar físicamente, pero también propicia la desinhibición y por la falta de corporización puede hacer que esto no sea tenido en cuenta en la terapia.

Pensamientos finales

Se puede pensar en un espacio como algo fijo, por ejemplo un lugar en un mapa o dónde se halla la consulta del terapeuta, en relación al espacio como un *lugar practicado*. Una habitación física o en un espacio virtual se convierte en un espacio analítico por paciente y terapeuta y el contrato que los enlaza durante cincuenta minutos a ese espacio. Repensar el espacio así abre nuevos horizontes a la hora de explorar la experiencia corporizada en terapia en un lugar físico comparándolo con un espacio

virtual. La pregunta que debemos hacernos no es si la psicoterapia mediada es buena o mala, sino si funciona o no con una diada paciente-terapeuta específica.

Lemma utiliza Skype tan solo bajo ciertas condiciones. Tras haber visto a la persona de manera presencial (idealmente un buen periodo de tiempo), siendo explícita con las limitaciones y estando muy atenta a lo que supone esto inconscientemente e interpretarlo. Seleccionando a los pacientes, tratando de evitar personas con dificultades en la imagen corporal, personalidades límite o perversas, con capacidad limitada para representar experiencias y los que tienen dificultad para diferenciarse del otro o con poco juicio de realidad. Para Lemma es importante ser firme, aunque eso implique perder pacientes, con las personas que no se van a beneficiar de la terapia mediada. Por último, está muy atenta a su comportamiento dada la poca información de las contratransferencias somáticas y el peligro de actuar el erotismo más fácilmente sin estar presente.

Capítulo 5. La transferencia digital y el anonimato del terapeuta

Sobre el anonimato y la curiosidad

Con la regla de la abstinencia, Freud describió que el terapeuta debía ser neutral e inhibir de alguna manera su personalidad y sus juicios para recibir eficientemente las proyecciones del paciente, procurando ser completamente anónimo. Ya antes de Internet era complicado mantener un completo anonimato: alguien le puede contar alguna intimidad nuestra al paciente, o incluso el propio paciente puede percibir algo sobre nuestra corporalidad. A veces nos cuesta no responder a preguntas personales sobre lo que sentimos o pensamos, o cualquier otro hecho personal. La regla dorada en general es que no hay preguntas inocentes, todo es interpretable. Actualmente, hay preguntas que puede contestar una simple búsqueda en la web.

El destino de la curiosidad del paciente a día de hoy

No es raro que al pensar acudir a un profesional, busquemos su nombre en Google. Lo raro para alguien actualmente sería no buscar información sobre el profesional en el que está interesado, por lo que en un mundo en que estar expuesto está a la orden del día, *no querer saber* es o que resulta interesante. Pese a que la falta de privacidad no es algo por lo que Lemma abogue, sí sugiere prudencia a la hora de interpretar comportamientos que busquen saber más sobre el terapeuta, inmiscuirse en la vida privada del o la analista, pues hay que tener en cuenta que, en los jóvenes sobre todo, los límites entre lo público y lo privado se han hecho más finos. Siempre es importante preguntarnos con el paciente sobre la ansiedad de empezar con un nuevo terapeuta. Para Lemma, lo que sería analizable es el comportamiento de buscar en las redes la vida privada del terapeuta, pues esa curiosidad infantil podría escalar a una intrusión perversa, haciendo el proceso analítico a veces inviable.

Transferencia digital

Para Lemma, el advenimiento de lo tecnológico no tendría por qué afectar al desarrollo de la transferencia, pero en su opinión sí a cómo se desarrolla. El nuevo mundo afecta al trabajo del analista de la siguiente manera:

- a) Expone el anonimato del terapeuta, lo que cortocircuita el trabajo de representación: datos reales sobre el terapeuta bajan la curiosidad y reduce la tensión que se hace necesaria para estimular el trabajo representacional.
- b) Incrementa el mandato narcisista de querer saber y controlar al objeto sin su consentimiento, llegando a escenarios perversos con mayor rapidez. La intensificación de estas dinámicas de transferencia puede salirse de control, en lugar de gradualmente ser contenidas por el terapeuta al ir desvelándolas poco a poco.
- c) Acelera impulsos sexuales y agresivos, es una invitación a la actuación.

El riesgo de disponer de información de nombres de familiares, procesos judiciales, etc... Es especialmente delicado cuando la parte psicótica del paciente escala. El riesgo más grande supone que el proceso de reflexión se desvíe peligrosamente de su rumbo sanador y amenace la viabilidad del proceso terapéutico en algunos casos.

Jason

Lemma nos expone el caso de Jason como ejemplo de lo que la falta de intimidad puede suponer. Era un joven de diecinueve años traído por sus padres, preocupados por sus ataques de ira. Vivía con ellos mientras estudiaba, pero los padres estaban preocupados de que dejara la universidad. Los progenitores eran ambos muy inteligentes y cultos, simpatizantes del psicoanálisis pues la madre se había analizado con éxito en su lucha contra una depresión crónica.

Por dar una conferencia Lemma tuvo que cancelar una semana completa por primera vez desde que iniciaron el tratamiento. No se le dieron razones al paciente y mostró curiosidad de por qué. Encontró tentador que la autora pudiera cancelar sin razón a la vez que sospechaba que si él mismo necesitaba cancelar una sesión, la analista preguntaría el por qué. Lo sintió como una relación poco equilibrada: el trabajo del analista es saber y el suyo no preguntar.

Se mostró desafiante, dijo que la analista quería saber lo que pasaba por su mente pero que ella protegía su privacidad. Dejó claro que la terapeuta no tenía ni idea de lo que él pensaba.

Tras esto Jason quedó en silencio, distante. En un intento por reconducir la sesión, Lemma dijo que le estaba haciendo notar con su silencio que podía mantenerla fuera de su mente.

Jason respondió rápidamente que debía mantenerla fuera, pues si llegaba a conocer lo que había en su mente dejaría de verlo en consulta.

A Lemma le desconcertó lo rápido que contestó, como si verdaderamente ella se fuera a enfadar por lo que le ocultaba. “No solo sentimientos o pensamientos... Acciones también...”, añadió.

No fue hasta semanas más tarde que Jason retomó este tema. La semana anterior a ausentarse de las sesiones, le preguntó cómo se sentía sobre este tema. Jason no entendía el énfasis en que la terapeuta fuera una pizarra en blanco. La autora respondió que parecía querer saber dónde iba a ir, por qué cancelaba la sesión. Antes de poder acabar la frase,

dijo con un aire triunfante que me sorprendió: “Turin, capital de la región del Piemonte...” Lemma advirtió que le estaba revelando las acciones por las que estaba preocupado días atrás y por las que podría ella querer dejar de verlo. Él dijo que la había buscado en google varias veces desde que empezaron el tratamiento, y se había dado cuenta de que la semana que iba a faltar iba a dar varias clases en Turin. La analista intervino diciendo que una parte de su mente se preocupaba de lo que podría ella pensar sobre la búsqueda, pero al mismo tiempo se sentía emocionado de tener acceso a información que se le había negado. Jason asintió. Dijo que las normas de la terapia eran estúpidas, no entendía por qué no podía ser la terapeuta más directa sobre sus razones para cancelar sesiones, nunca le gustaron las normas que venían “de arriba”, impuestas.

Tras este intercambio ocurrió que Jason pasaba largos ratos buscando sobre la analista en Internet, siguiendo sus movimientos, encontró la dirección de su casa y del trabajo de su marido. Tenía interés en saber quienes eran sus hijos y confesó no haber encontrado información sobre esto. La autora sintió que jugaba con su curiosidad sobre qué fotos, eventos y más podría descubrir. La miraba “desde arriba” en su estado omnipotente, escudado tras una pantalla que paradójicamente le permitía su tan anhelada estatura/potencia en relación con el objeto, a la vez que mostraba su necesidad de esconderse.

Justificaba su comportamiento diciendo que debía saber quién le estaba ayudando. Se resistía a las interpretaciones pese a que estaba claro que temía que yo acabara con la terapia. Pese a su ansiedad, el triunfo de su intromisión lo defendía de la ansiedad. Estuvo varias sesiones contando lo que descubría y disfrutaba pensar que inquietaba a la terapeuta. Lemma dice que sí que se sentía inquieta.

Ella se preocupaba por la facilidad de Jason para evadirse en el ciberespacio y cómo esto alimentaba su omnipotencia. Se le hacía difícil trabajar con él. La invasión a su privacidad impedía avanzar en terapia y un espacio potencialmente útil como es Internet se convertía en un festín voyeurista.

Tras muchos meses Jason reveló que se masturbaba con un vídeo de YouTube de una de las conferencias de la analista. Se le notaba excitado, especialmente por haber encontrado un espacio en que sin saberlo había convertido en un objeto sexual a la analista que podía usar a su antojo. Su actividad masturbatoria usando sus imágenes parecía haber adquirido una actividad compulsiva. Bromeó con que gracias a la excitación que le produjo el vídeo había descubierto que le gustaban mujeres mayores y que empezó a descargar pornografía en la que mujeres mayores eran degradadas.

Información como un fenómeno transicional

Jason uso la información sobre la autora para dominarla, pero Karen, otra paciente, lo hizo para manejar su separación. Usó esta información como una especie de objeto transicional, en el sentido que le daba Winnicott. Así, los fenómenos transicionales son áreas intermedias de la experiencia humana entre la realidad interna y la externa. Los objetos transicionales no se perciben por el niño como externos (su mantita, su juguete), sino que son símbolos de una tercera realidad ubicada entre el sujeto y el objeto. Preservan la ilusión de simbiosis con la madre, y el niño piensa que lo que crea, existe. Permiten transicionar hacia la paulatina e inevitable desilusión que viene de los límites del yo, y de la distinción entre fantasía y realidad. Lemma sugiere que algunos pacientes utilizan

información de este mismo modo, no de un modo persecutorio o intrusivo, sino a modo de calmante y de relajación por la fantasía de presencia del terapeuta.

Karen

Era una mujer en el ecuador de los veinte, derivada por su médico de cabecera por quejas psicosomáticas, las más notables un eccema y síndrome de intestino irritable. Perdió a su madre muy joven, a los doce años, tras una larga batalla con el cáncer, tras lo cual vivió con su padre y su hermano pequeño. Su padre se volvió a casar pronto y Karen nunca se llevó bien con su madrastra, pues sentía que quería eliminar cualquier rastro de su madre de la casa familiar.

Describía la relación con su madre como intensamente cercana. Cuando murió se quebró su mundo: se sentía perdida y sola. No sentía que pudiera acercarse a su padre, al que siempre percibió como lejano de la familia. Se sintió enfada con él por volver a casarse tan rápidamente pese a decir que podía entender por qué lo hizo. Sus interacciones conmigo eran tímidas, pero percibí el deseo de forjar una relación intensa.

Los parones en la terapia le eran difíciles de manejar, manifestando un empeoramiento del eccema. Tras el primer parón largo volvió quejándose de que no estaba afrontando las cosas correctamente y que sus síntomas empeoraban. Sentía que necesitaba más ayuda y hacer terapia más a menudo. En ausencia de la terapeuta, dijo ansiosamente, la buscaba en Internet. Se tranquilizó al encontrar vídeos y fotos. Se disculpó por entrometerse en la vida de la autora. Estaba preocupada de que pensara mal de ella por hacerlo, pero necesitaba esa sensación de cercanía cuando estaba alejada o de otro modo se hubiera “roto en pedazos”.

Dijo que no buscaba información como tal, que no quería buscar detalles personales. Simplemente buscaba reafirmar que la terapeuta existía y que había “rastros” de ella en Internet. La principal función de la búsqueda de Karen fue sentirse cerca de Lemma, que no la había abandonado.

Durante los dieciocho primeros meses, los parones en la terapia se manejaron así: durante épocas especialmente estresantes para ella en los que la analista no podía atenderla, se ponía un podcast sobre la terapia que había encontrado. Lo reproducía una y otra vez. Oír la voz de su terapeuta la inducía a un trance semihipnótico, según sus palabras, y la calmaba. Deseaba tener fotos o vídeos de su madre, pero había poco sobre ella a lo que acceder.

Conforme Karen mejoró, no necesitaba usar Internet para evocar la presencia de la autora. Hablaba con elocuencia sobre la importancia que había tenido esa fase en el trabajo. Explicaba con la información sobre la terapeuta se sintió segura hasta que se convirtió en una figura de apego estable, que progresivamente incorporó en su interior y podía hacer uso de ella en mi ausencia.

Conclusión

Los grandes descubrimientos tecnológicos generan su propia mitología, pues se pone en práctica antes de que los investigadores puedan asegurar lo que provoca e implica su uso, creando un vacío entre el cambio y nuestra comprensión sobre él. Greenfield (2014), una neurocientífica, afirma que la tecnología no es meramente adictiva, sino que

supone una amenaza existencial. La orden evolutiva que impera en el cerebro es la adaptación al ambiente, pero el mundo digital avanza demasiado rápido para que el cerebro, o las regulaciones gubernamentales, les sigan el ritmo. Se ha criticado que Internet promueve lo rápido, la distracción, la ética de lo veloz y lo eficiente, del consumo.

En la era digital el cuerpo del niño ya no se libidiniza primordialmente por sus identificaciones con los padres, el uso que se le da a lo tecnológico tiene un rol de vital importancia en la experiencia de corporización de los niños. El cuerpo del niño victoriano en la época de Freud se hallaba en constelación de unas pocas personas y con acceso a una experiencia limitada, a día de hoy el mundo virtual expande todo para mal y para bien.

Para la autora la sexualidad digital tiene una cualidad perversa más polimorfa, pues el deseo queda fusionado al cuerpo-máquina. El cuerpo del niño se representa de manera diferente que en el paradigma clásico del Edipo. En el proceso digital el niño inscribe no solo las proyecciones parentales y sus identificaciones, sino también los miles de semiobjetos e identificaciones previamente confeccionados en una ciberexperiencia llena de estímulos y de imaginario sexual. Esto, a diferencia del Edipo, no requiere de trabajo psíquico, sino que es un proceso de *incorporaciones*.

La autora piensa que, con la tecnología, los pacientes tienden a retirarse mentalmente a un lugar en el que les cuesta sentir y pensar. La ansiedad se vuelve más urgente y se tiene prisa en aliviarla, para lo que la tecnología puede servir, pero impide que se resuelvan las causas subyacentes.

Una gran lección psicoanalítica, dice Lemma, es ser cautos ante la seducción de lo *nuevo*, de lo que aún no tenemos, por lo que estaría bien considerar la tecnología en términos de cómo mejora y cómo empobrece nuestras vidas. Sobre todo, en la parte en la que impacta en nuestra capacidad de intimidad y cómo se interpone en el conocimiento de la naturaleza de nuestro deseo.

Comentario

Desde la distancia y a la vista de las graves consecuencias que pueden tener, es fácil caer en el prejuicio contra las nuevas tecnologías y todo lo que implican, pero Lemma es capaz de ver algunas de sus virtudes sin adoptar un punto de vista inocente, *naive*. Creo que está claro, mucho antes de abrir el libro de Lemma, que las nuevas tecnologías están aquí para quedarse y solo queda adaptarse a esta nueva realidad, por lo que explorar su realidad, tanto la virtual como la física, se hace imperativo.

Personalmente, me ha parecido muy interesante la visión que la autora tiene sobre cómo interactúa lo virtual con la identidad y como, según su visión, no puede darse una representación virtual sin un cuerpo real en el que basarla y los problemas que se dan cuando se escapa del cuerpo hacia lo virtual, especialmente cuando la imagen del mismo está afectada.

En la exposición de Lemma, es interesante la idea de que el ciberespacio puede servir para entrenar habilidades sociales o incluso explorar facetas de uno mismo desde un espacio seguro. Una persona tímida puede dar su opinión en un foro sin temor a que

la vayan a ver, y eso podría suponer un trampolín a la realidad si se elabora correctamente. Soy consciente del peligro de quedarse atrapado en el mundo de la ciberfantasía, pero veo que es interesante adquirir esta mirada más compasiva al que seguramente para muchas personas sea el único lugar que sientan seguro o puedan explorar identidades diferentes hasta forjar una propia.

Durante la adolescencia (Erikson, 1968), en el contexto del desarrollo humano, la etapa de moratoria se caracteriza por una búsqueda de identidad. Supone una interacción de gran intensidad con el entorno (personas, objetos, sentimientos...), pero de manera tentativa, a modo experimental, de búsqueda. De solventarse este proceso adecuadamente, esto cristalizaría en una experiencia integrada del yo y una percepción de agencia y sentido vital. La cantidad de información a la que se tiene acceso ha aumentado a la enésima potencia en el siglo XXI, especialmente en esta tercera década. Ante esto, unido a la fluidez y el fuerte individualismo que el *Zeitgeist* de nuestra época impone, junto a la hipercapitalización de dicha individualidad, no es de extrañar la etapa de moratoria tarde un poco más en transitarse. No creo que sea algo necesariamente malo o bueno per se, pero sí que hay que repensar el modo de acompañar a las personas a que formen una estructura que les permita mentalizar correctamente y conectar con su deseo genuino, sea este afín a los deseos prefabricados por la sociedad o no.

Turkle (1997), hablando ya del adulto, se preguntaba hace casi treinta años que si estos juegos *online* en los que se vive una realidad paralela son simplemente un juego superficial o es una expresión de una crisis de identidad similar a la del adolescente. Con esta idea en mente, se alzan nuevas incógnitas: ¿qué personajes se interpretan online a modo de juegos de rol y cómo se relacionan con el *self* físico? ¿Aprende algo nuestro *self* real del virtual? ¿Se vive como una extensión del yo, o es un simple juguete con el que entretenerse? ¿Cada personaje que se encarna *online* aporta algo a la experiencia en la vida real? ¿La inmediatez y la fantasía de omnipotencia son suficientes para explicar por qué tanta gente huye hacia el ciberespacio?

La autora termina la obra hablando del anonimato. A día de hoy es prácticamente imposible permanecer anónimos para cualquiera que tenga acceso a Internet, queda bastante claro en las viñetas de Lemma: con el caso de Jason, una intromisión incesante y casi persecutoria, y el de Karen, amable y a modo de objeto transicional. Desde posturas más relacionales se ha reconsiderado la norma de abstinencia del psicoanálisis original. Sin el anonimato, es imposible mantener la norma de abstinencia, el terapeuta ya no es un espejo completamente neutro. Bleichmar (1997) con el concepto de *posición emocional instrumental* explica que para que en el paciente puedan aparecer algunos estados afectivos se necesita que estos estén presentes en el terapeuta. De alguna manera el terapeuta ya no es una tabula rasa, sino un espejo con diferentes formas, texturas y concavidades y convexidades, pero sigue siendo un espejo. Por eso creo que, salvo extremos como el de la viñeta de Jason, podría incluso reconducirse esa información que existe sobre el analista en virtud del bien del paciente, sin temor a que la terapia se malogre por que este se entere de algo privado.

Referencias

- Anzieu, D. (1989). *The Skin Ego*. Yale University Press.
Bergson, H. (1988). *Matter and Memory*. Zone Books.

- Bleichmar, H. (2013). La transgresión moral induce apetencia por lavado corporal. El concepto de “embodiment” (corporización). *Aperturas Psicoanalíticas*, (43).
- Bohleber, W. (2010). *Destructiveness, Intersubjectivity and Trauma*. Karnac Books.
- Clarck, A. (2003). *Natural Born Cyborgs: Minds Technologies and the Future of Human Intelligence*. Oxford University Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. Norton & Co.
- Fonagy, P. (2008). A genuinely developmental theory of sexual enjoyment and its implications for psychoanalytic technique. *Journal of the American Psychoanalytic Society*, 45(1), 27-34.
- Greenfield, S. (2014). *Mind Change: How Digital Technologies are Leaving Their Mark on the Brain*. Random House.
- Law, A. (2013). *Implosion: What the Web Has Really Done to Culture and Communications*. LID Publishing.
- McLuhan, M. (1994). *Understanding Media: The Extension of Man*. MIT Press.
- Suler, J. (2004). The online disinhibition effect. *Cyberpsychology and Behavior*, 7(3), 321-326.
- Turkle, S. (1997). *La vida en la pantalla. La construcción de la identidad en la era de Internet*. Paidós.