



REGÁLAME UNA SONRISA



SARA OXENSTEIN

“El encuentro entre dos personas es como el contacto entre dos sustancias químicas. Si se produce alguna reacción, entonces ambos han sido transformados.” CARL JUNG

Mi presencia aquí el día de hoy responde a una experiencia vivida hace unos meses en un taller de Psicodrama dirigido por Leopoldo Caravedo quien en una de las sesiones da como consigna a los participantes que nos dividamos en grupos de a dos y nos sentemos frente a frente. El ejercicio consiste en que primero una participante cierra los ojos durante unos minutos dejándose llevar por la fantasía y la otra observa intentando “sentir” las emociones de la compañera, luego se intercambian los roles. Compartí esta experiencia con Delicia Ferrando, amiga, colega y además una de las organizadoras de este Congreso.

En mi turno de ensoñar, cierro los ojos e intento dejarme llevar por imágenes mentales explorando lúdicamente lugares inéditos cuando de pronto me sobreviene deseos de reír.

Al principio me resisto y disimulo, aunque a lo mejor las comisuras de mis labios ya delataban mi SONRISA. Continúo la experiencia pero en tan solo unos momentos ya no me contengo y comienzo a reír. Delicia también ríe y ambas nos encontramos en un fraterno abrazo de carcajadas ante la mirada atónita del resto de participantes.

Cuál fuera después la sorpresa de todos cuando Delicia relata que mientras yo estaba con los ojos cerrados ella tarareaba mentalmente una tonadilla que dice: “REGALAME UNA SONRISA”, coro de una canción titulada TALISMAN cantada por MOCEDADES.

Deja pensando, verdad? Coincidencia? sincronía? sintonía? armonía? empatía? telepatía? Identificación proyectiva? comunicación cósmica Ó campos morfogenéticos? Cuál es el misterioso proceso intersubjetivo que se produce en este experimento no planeado? Acaso así se da la comunicación no verbal entre madre e infante en su esencia más primaria?

Precisamente debido a esta experiencia con Delicia surgió la invitación de ella y de Elizabeth Selem delegada de la promoción que organiza este evento. El tema me apasiona y aprovecho para agradecerles a ambas. También estoy muy complacida de compartir esta mesa de trabajo con Elizabeth Kreimer, con Alberto Fernandez y con todos Ustedes para exponer mi ponencia titulada: “REGÁLAME UNA SONRISA”

En el enigmático mundo de la comunicación no verbal aparece la siguiente cita de Sigmund Freud (1905) "Quien tiene ojos para ver y oídos para escuchar puede convencerse de que ningún mortal es capaz de guardar un secreto. Si bien sus labios permanecen silenciosos, parlotea con la punta de los dedos; el secreto se le escapa por cada poro. Y así resulta posible cumplir con la tarea de hacer consciente los repliegues más ocultos de la mente".

La comunicación no verbal es capaz de revelar en mayor medida lo que permanece invisible. El cuerpo es un regalo del lenguaje, sabe más de lo que dice. La dinámica corporal y los gestos de un ser humano anuncia muchas pistas de su persona. En ocasiones se produce incongruencia entre lo verbal y lo no verbal lo que evidencia la necesidad de prestar mayor atención a la compleja comunicación más allá de lo verbal.

La "Regla Fundamental" del psicoanálisis se entiende como la invitación que le hace el analista al paciente para que "diga todo lo que le pase por la mente" - "the talking cure" - sin embargo las manifestaciones no verbales adquieren vital importancia (en ambos) y el analista escuchará con resonancia afectiva lo que el paciente le transmite más allá del acto lingüístico.

En el presente trabajo intentaré recorrer los distintos niveles de expresión y ritmos de los encuentros humanos dado que las estadísticas mencionan que nos comunicamos **7%** por medio de las palabras, **38%** por medio de la voz (entonación, resonancia) y **55%** por medio del lenguaje no verbal (gestos, postura, mirada, sonrisa, silencio aún respiración, temperatura.)

Este otro tipo de lenguaje muestra las infinitas maneras de comunicación con la exclusión de la palabra. La conducta humana es una situación de interacción per se y tiene valor de mensaje por lo tanto **ES** comunicación, imposible **NO** comunicar. El sujeto y su cuerpo comunica despierto, dormido, en actividad ó inactividad, en silencio ó con voz, todo tiene un valor de mensaje en si mismo y con los demás, y estos otros a su vez también comunican respondiendo a tales efectos de la compleja interacción humana.

Mi trabajo tendrá tres momentos, el primero se remite a la diada madre - infante, en el segundo explicaré la universalidad de la comunicación no verbal y en un tercer momento describiré el fenómeno no verbal que ocurre entre analista - paciente.

Veamos la diada madre-bebé. Aunque existen diversas teorías de diferentes autores sobre esta relación primordial, en todas ellas no nos cabe la menor duda que es la diada princeps para el ser humano. Está entonces la madre (ó cuidador sustituto) y el bebé quien no podría sobrevivir si no existiera ese otro "alguien" que sintonice con sus deseos, necesidades, que lo alimente, que lo higienice, que vele su descanso, que le prodigue amor, en los casos más

saludables. En un primer momento se produce una total dependencia y se establece un sistema de retroalimentación emocional dentro del cual especialmente la madre pero el padre también, combinan diversos comportamientos en sus intercambios con el recién nacido, se encuentran en las miradas, la voz, los gestos, los movimientos, el tacto, el olor, la temperatura de los cuerpos, la tonalidad muscular, el sudor, los ritmos. Todo irá produciendo un clima afectivo así como otros complejos procesos hacia el desarrollo de la estructura psíquica del recién nacido. Paulatinamente más adelante se producirán otras formas de comunicación que incluye la adquisición del lenguaje. Así es como la narrativa de nuestras vidas se va construyendo basada en la naturaleza de la interacción humana como un factor esencial.

Las primeras experiencias del bebé con el mundo y consigo mismo (al estar imposibilitado de la palabra) son mediante la interacción psicobiológica con su madre que es el lugar donde se ubica y ocurre la interfase de "nature que es el potencial genético y nurture que es la experiencia de vida". Cuando se establece el contacto de la mirada entre la madre y el infante ambos participantes saben que el espiral entre ellos ha sido cerrado siendo el momento más potente de todas las situaciones sociales.

El contacto mutuo de la mirada, el ser sostenido permite regular cuerpo y emociones para acomodar esa desorganización inicial. Aprende así las primeras y quizá más importantes lecciones de vida, lecciones que comienzan aún antes de nacer mientras todavía habita el útero materno. Al momento de nacer ya experimentó la luz y la oscuridad, absorbe líquidos, hasta se chupa el pulgar. Ha adquirido la habilidad de adaptarse a los movimientos maternos y puede también rascarse y estirarse. Protegido dentro de su mundo acuoso el feto siente el calor del líquido amniótico contra su piel, escucha el funcionamiento interno del cuerpo de su madre que es un mundo de sonidos rítmicos y vive al compás del corazón de ella en sintonía con el suyo propio que late a un ritmo casi doble y los movimientos tienen sincronía. Se sugiere que esta primera sincronía prenatal de los ritmos humanos nos deja una huella para el resto de la vida.

No solo crecen los hijos, también nos dan a los padres la oportunidad de crecer junto a ellos y nos retan a examinar los restos de nuestra propia infancia. Por lo tanto es un viaje de mutuo descubrimiento con bases de confianza y constancia que proporcionen seguridad y bienestar en el mejor de los casos.

No es tarea fácil. Las mujeres no entramos a la maternidad con experiencia.

MAFALDA le dice a su madre: "*ambas nos graduamos el mismo día*".

Mamás y papás aprenden en el camino y es sabido que cuando se le proporciona al bebé estimulación ya sea insuficiente o excesiva o impredecible, o que no esté constantemente en armonía ante los intentos del bebé de obtener una respuesta o con sus propios ritmos, el

funcionamiento autorregulador del bebe se ve mermado. Evidenciamos pues, la importancia del alineamiento emocional especialmente entre la madre y el bebé en donde la madre aprende a traducir aquello que el bebe necesita decirle para sentirse bien tanto físicamente como psíquicamente regulando sistemas tan importantes como el ciclo de sueño-vigilia, el ritmo cardiaco, la digestión, la respiración, la temperatura, la respuesta al stress, los instintos, el clima emocional, el ambiente tranquilo, integrado y organizado.

Ser comprendido toma más que palabras. Los mensajes no verbales son percibidos inconscientemente y estas señales tienen un efecto profundo en cómo nos sentimos.

Las relaciones vinculares durante el desarrollo de vida de cada individuo tendrá impresa la primera huella. No estamos solos, vivimos en permanente comunicación.

El hemisferio derecho del cerebro está designado para enviar y recibir señales NO verbales y es dominante, regula nuestros estados emocionales internos. Y el hemisferio izquierdo se especializa en mandar y recibir todo lo verbal. Esto implica que el lenguaje no verbal de una persona va desde su hemisferio derecho hacia el hemisferio derecho del otro y lo mismo sucede con las palabras que viajan del hemisferio izquierdo de uno hacia el hemisferio del otro. Por lo tanto si las señales verbales y no verbales son congruentes, entonces se produce una comunicación CON SENTIDO. Nuestra sensación de ser nosotros se define en cierta manera de cómo conectamos con los demás, de cómo pensamos que los demás nos ven, la danza de la comunicación no solo nos permite sentirnos conectados con otros sino que también nos permite sentirnos mentalmente coherentes por este intercambio de energía e información.

Colwyn Trevarthen, psicólogo e investigador especializado en neurociencias de la temprana infancia, expresa lo esencial que es una apropiada respuesta emocional para el bienestar del bebé. Hizo un experimento con infantes de tres a cuatro meses que llamó "el rostro-quieto" en el que se le pide a la madre que mantenga un rostro inexpresivo frente al bebe cuando éste hace intentos de comunicarse y lo que se observa en este experimento es que primero el infante hace intentos desesperados por conectar, luego protesta mediante la agitación, después se desorganiza y finalmente se rinde.

Trevarthen, sin embargo, se dio cuenta de que este experimento no lo satisfacía del todo y realizó el siguiente experimento al que llamó "doble-televisión". Se instaló un sistema de televisión en circuito cerrado en donde el infante mira a un televisor en el que aparece la cara de su madre. Al mismo tiempo una cámara capta frontalmente el rostro del bebé mientras mira a la mamá. Mientras tanto, la madre está en otro ambiente y tiene exactamente el mismo "setup", es decir ella mira a un monitor en el que ve la cara de su bebé y simultáneamente su rostro está siendo grabado y enviado nuevamente al bebé.

La primera parte del experimento consta en que ambos interactúan en tiempo real viéndose mutuamente en los monitores de la televisión y lo que se ve es idéntico a una situación de cara a cara donde se produce una comunicación contingente en la que se da un compartir de señales no verbales con los "crescendos y decrescendos" de esta energía interna alineada de sus estados emocionales primarios.

La segunda parte del experimento consiste en mostrarle al bebé el video previo grabado de la madre pero diferido en un minuto. Ahora el infante mira la cara de su mamá, ve las mismas respuestas positivas que antes pero con una diferencia: no está siendo contingente porque ocurre en diferente tiempo real. Aunque las señales de la madre son igual positivas y cargadas de energía NO está correspondiendo a las señales actuales internas del infante. La respuesta del infante es sumamente interesante pues se produce la misma reacción que en el experimento del "rostro-quieto" - es decir - el bebe se agita, se desorganiza y se aísla. Este estudio muestra claramente la necesidad básica del ser humano desde que nace de conectarse con "el otro" dentro de una comunicación saludable, sintonizada, contingente.

Una de las frases típicas de Lacan, y que a él le gustaba mucho decirla porque sabía que creaba cierto desconcierto era: "el lenguaje se impone y a la persona no le queda otro remedio que hablarlo." Entendiéndose que desde el inconsciente hay un lenguaje que empuja y se quiere expresar y nosotros simplemente le damos forma verbal en el campo lingüístico. Aquí comprobamos que también sucede en el campo donde no aparece la palabra. Para Lacan el primer espejo son los ojos de la madre que mira a su bebé. Si la madre al darle de lactar lo hace mirándolo, reconociéndolo, le dará también un flujo intenso de amor y de cariño. Por eso Lacan determina que el ser humano se va a estructurar en la mirada del otro y que nosotros somos lo que somos porque fuimos mirados de una determinada manera y entendieron nuestro mensaje.

Los latidos del corazón son un ritmo humano básico que genera emociones en el otro y se nutre de lo externo y de lo interno.

Los olores son importantes porque estimulan la capacidad legendaria de despertar recuerdos donde el ser humano posee una especie de firma olfativa.

Las palabras son hermosas, fascinantes e importantes pero no representan la totalidad del mensaje y como lo menciona Flora Davis, quien investiga la comunicación no verbal: "El hombre es un ser multisensorial.....algunas veces verbaliza y estas palabras pueden muy bien ser lo que emplea cuando le falla todo lo demás."

Todos tenemos hasta cierto punto la capacidad de descifrar el código de la comunicación no verbal. Se aprende en la primera infancia y se utiliza a nivel preconscious durante toda la

vida. En un instante se puede interpretar cierto movimiento corporal o reaccionar ante un tono de voz y se lee como parte del mensaje total.

Cuando dos personas se encuentran cara a cara, ambas se comunican simultáneamente a muchos niveles, conscientes e inconscientes y emplean para ello la mayoría de los sentidos: vista, oído, tacto, olfato que se integran mediante un sistema de decodificación que algunas veces llamamos "sexto sentido": la intuición.

Los antropólogos señalan que los movimientos corporales no son fortuitos, sino que se aprenden lo mismo que una lengua y que existen diferentes expresiones culturales del lenguaje corporal.

La comunicación humana es extremadamente compleja, no tiene reglas fijas ni simples, y en ausencia de reglas claras, todos tenemos tendencia a ver solamente lo que queremos ver, y prestar atención a lo que nos interesa.

Consideremos tres áreas de la comunicación no verbal:

- ✚ LA CINESTECIA que tiene que ver con todo lo que expresa el cuerpo.
- ✚ LA PARALINGÜÍSTICA que incluye el comportamiento no verbal expresado en la voz.
- ✚ LA PROXÉMICA que ve el comportamiento relacionado con el espacio personal.

- LA CINESTECIA nos lleva a la postura corporal, los gestos, la expresión facial, la mirada, la sonrisa, etc.



La **postura corporal** define la disposición del cuerpo a aceptar a otros en la interacción. Así se habla de posición más abierta ó más cerrada utilizando los brazos, piernas para separar ó no al otro de nuestro espacio, cruzar brazos para poner barreras ó permitir el acercamiento dependiendo de cuánto nos agrade, nos desagrade, nos intimide o nos amenace el otro. Se producen actitudes corporales como el ángulo con el que el cuerpo estará dirigido a los demás pues regulará el grado de intimidad de una conversación. Si la persona se sitúa de frente (mayor nivel de implicación ó competición), al lado (cooperación, el ángulo de la postura al sentarse....han visto los que están con las piernas estiradas (otro no podrá pasar fácilmente). Un exceso de movimiento incongruente produce la sensación de inquietud mientras que la escasez de movimiento transmite la impresión de excesiva formalidad.

Cierto es también que el cuerpo comunica por si mismo, no solo por la forma que se mueve o por las posturas que adopta. El aspecto de cada persona irradia un mensaje.



Los **gestos** se realizan básicamente con las manos, brazos y cabeza.

Hay gestos emblemáticos que son señales emitidas intencionalmente con significado específico que representa una palabra, como sacar el pulgar hacia arriba indicando o.k. Gestos ilustrativos que son conscientes y desempeñan un papel auxiliar unido a la palabra. Gestos emotivos que su nombre lo indica todo y que regulan la interacción y sirven como

pautas de comunicación. Los gestos de adaptación que se utilizan para manejar situaciones a lo mejor incómodas que no se sabe manejar bien como pasarse los dedos por el cuello de la camisa al sentirse ahogado por la tensión de la situación.



La expresión facial junto con la mirada es el medio más importante para expresar emociones y estados de ánimo. No toda la comunicación que se transmite con el rostro es susceptible de ser percibida por el interlocutor conscientemente. Los estudios realizados sobre cómo percibimos a los demás a partir de su expresión facial, han intentado describir los rasgos fisonómicos de algunas emociones como alegría, tristeza, asco, enfado, temor e interés. La expresión facial es micromomentánea.



La mirada tiene un valor especial dentro de la comunicación con un papel importantísimo en la percepción y expresión del mundo psíquico. La variedad de movimientos posibles que podemos llevar a cabo con los ojos resulta ínfima si la comparamos con las demás expresiones faciales, sin embargo, la mirada aunque ubicada y originada en los ojos no termina en ese lugar.....va mucho más allá. Y esa capacidad de proyección es la que le otorga tanta importancia. Con la mirada podemos indicar que el contenido de una interacción nos interesa, sirve como fuente de información en todo sentido.

Podemos leer el rostro de otra persona sin mirarla a los ojos pero cuando los ojos se encuentran, no solamente sabemos cómo se siente el otro, sino que él sabe que nosotros conocemos su estado de ánimo. Cuando las miradas se encuentran, se dice el tipo de relación que mantienen, asimismo cuando no se encuentran pero queriendo comunicar.

La mirada también comunica mediante el parpadeo, la frecuencia con la que la mirada se posa en otra persona y la intensidad con que sostenemos la mirada. Todo ello será un indicador de agrado y sinceridad o de lo contrario de timidez, sumisión o inseguridad.

La magnitud del alcance de una mirada es a tal punto sorprendente que se produce dilatación ó contracción de las pupilas al igual como reacciona el ojo frente a los estímulos de luz ú oscuridad. Es un indicador de diversas emociones y como eso sucede a pesar de nosotros mismos es desde ya un dato de enorme fiabilidad.



La sonrisa se utiliza mayormente para expresar simpatía, alegría o felicidad. Una sonrisa atrae la sonrisa de los demás y es una forma de relajar la tensión. Por otra parte, la sonrisa tiene un efecto terapéutico si es espontánea. Una sonrisa forzada se transforma en rictus.

- La **PARALINGÜÍSTICA** es la variación no lingüística como el ritmo el tono y el volumen vocal. En el tono lo que interesa es el tono afectivo, esto es, su adecuación emocional. Según los estados de ánimo este tono puede ser más agudo ó más grave. El volumen nos hará saber no solamente sobre el estado de ánimo de la otra persona sino si querrá imponerse en el diálogo y está relacionado con autoridad y dominio. Un volumen inapropiado para arriba o para abajo comunica. Existen voces más irritantes otras más

musicales, etc. Y el ritmo se refiere a la fluidez verbal con que se expresa la persona. El ritmo lento o entrecortado revela emociones lo mismo que el ritmo cálido, vivo y modulado. La voz produce imágenes que se experimentan como sensaciones.

“Vox significativa per se ipsa aliquid significans”

“La voz expresando algo es ya significativa en si misma” (Boezio)

■ La PROXÉMICA se refiere al amplio conjunto de comportamientos no verbales relacionados en la utilización y estructuración del espacio inmediato de la persona. Hay dos principales ámbitos de estudio: el primero tiene que ver con el espacio personal y el segundo con la conducta territorial humana.

Respecto a la proximidad existen diferencias no solo culturales, sino situacionales y personales. En general cada uno de nosotros dispone de un espacio personal alrededor y es implícito pero que cuando es roto por alguien en la interacción nos produce incomodidad, sensación de amenaza y/o tensión ya sea si estamos en medio de un grupo pequeño de personas ó en aglomeraciones. La orientación corporal se suele emplear como barrera para impedir invasiones del espacio personal. Lo vemos en ascensores, transportes públicos e inclusive en bancas, parques, aeropuertos, etc.

Por otro lado, los enamorados y personas que se gustan, aceptan un mayor grado de proximidad. Cabe señalar que la proximidad física tiende a ser mayor entre mujeres que entre hombres.

Con respecto a la conducta territorial humana hablamos del espacio que se necesita para vivir y convivir razonablemente y depende de un sin fin de factores culturales, geográficos y socioeconómicos. Los arquitectos urbanos están estudiando este campo.

Existen otras formas de interacción humana para comunicar emociones como es el apretón de manos, los abrazos, caricias, besos, etc.

EL TACTO - mediante el contacto de piel a piel y teniendo en cuenta que la piel es la envoltura que contiene el organismo humano se está en permanente comunicación con el mundo externo a través de ella, como tal, es sensible al calor, frío, dolor y presión.

Las caricias y los besos son contactos corporales reservados para aquellos entre los que existe una relación muy íntima. En la vida diaria solemos algunas veces sustituir las caricias físicas por las caricias verbales. Estas caricias son muy importantes para mejorar las relaciones interpersonales. En el reino del proceso primario y de la inmadurez psíquica, tocar toda la superficie de un bebé constituye un acto preventivo de salud psíquica y física, un íntimo intercambio “nutricio - afectivo” en esta etapa previa a la palabra y que quedará grabado para siempre.

EL ABRAZO es un modo de comunicar muy difundido en esta parte del globo. Otorga apoyo y ayuda a liberar tensiones, a sentirse querido además desarrolla la autoestima, libera tensiones, miedos y aflicciones. Es una fuente de afecto que nos remite a la diada primordial, ese cuerpo envolvente en donde tacto, abrazo y arrullo prodiga amor y protección, da confianza y fortaleza, salud y energía vital. Se transmite afecto y cariño y se establece una inédita toma de conciencia de ambas partes convirtiéndose en una experiencia total y mutua.

El abrazo es terapéutico, alivia la depresión, la ansiedad, el miedo, el dolor psíquico y físico, también proporciona reconocimiento y autovaloración. El abrazo produce alteraciones fisiológicas tanto en la persona que lo da como en la que lo recibe. Nos recuerda lo importante que es el contacto físico entre los seres humanos, sentir la temperatura, la respiración, el pulso, la corporeidad humana. Le da vida a los olvidados y ablanda las durezas de algunos corazones. Es un reabastecimiento emocional.

La vida es un largo transcurrir entre cuerpos, los contactos corporales organizan el psiquismo nutriéndolo de vivencias relacionales. No sólo es importante ser tocado sino también el contexto en que se despliega el tocar.

En la dimensión clínica el concepto de comunicación no verbal adquiere una significación especial y mucho más sensible que en la interacción habitual entre dos seres humanos. La constancia en el setting, las horas fijadas, la habilidad de empatía y la neutralidad del analista capacitado para contener al paciente y a las situaciones que se susciten en el consultorio representa también una comunicación a nivel no verbal, análogo a la comunicación en la temprana infancia en la relación madre-hijo.

Algunos autores postulan que el proceso curativo no siempre sigue el nivel verbal, sin embargo y a la vez el agente terapéutico sí está ligado a la palabra del paciente.

Parte de la interacción entre paciente y analista está basada en el fenómeno de la sensorialidad referente a la musicalidad de la interacción, la entonación con sonido y melodía, movimiento y ritmo, postura corporal y es el comienzo para un intercambio emocional que da acceso a la memoria preverbal donde es el cuerpo quien recuerda.

El fenómeno no verbal como la postura del cuerpo, la coordinación motora, la forma de respiración contiene información relevante para el proceso de la cura terapéutica en base a la sintomatología del paciente.

No podemos dejar de lado todo aquello que el analista también comunica constantemente al paciente con su silencio, postura, mirada, sonrisa, voz, tono, ritmo, respiración. Comunica aún a través de su arreglo personal y manera de vestir. El paciente se encuentra siempre

atento frente a las distintas maneras de comunicar del analista, obviamente algunos pueden leer esta sutil comunicación mejor que otros.

Evelyne Albrecht Schwaber afirma que muchas veces en el consultorio del analista, lo visto, oído o sentido suele quedar implícito. La transmisión de los propios afectos, el sentido del propio cuerpo - del propio Self - en relación con uno mismo y con el mundo externo, influye y es influenciado por cada uno de los protagonistas. Es un estado de incesante subjetividad.

Su manifestación sutil ofrece una VIA REGIA al inconsciente y abre caminos muy importantes a la experiencia psíquica que idealmente será verbalizada, interpretada, analizada. Es más, al afinar nuestra observación de los matices de los datos, el prestar atención a ese estado nos hará profundizar en la naturaleza de la vivencia analítica.

El análisis de adultos difiere del análisis de niños en el ámbito del lenguaje no verbal entre otras muchas razones porque los niños en general llevan una existencia con menos palabras y semántica y muestran menor inclinación a traducir en palabras cada pensamiento, cada sentimiento. Los analistas de niños prestan particular atención al sistema no verbal cuando toman nota de los patrones afectivo-motores tales como movimiento, gestos, expresiones faciales, afectos, accidentes, lapsus de conducta, trastornos somáticos, actitudes agresivas y eróticas con respecto al terapeuta. Todos estos patrones se ponen de manifiesto durante el juego, los períodos de silencio, en lo verbal y en los momentos de regresión, catarsis resistencial, acting out. Puede haber sonrisas, risas, excitación, tristeza y llanto o bien bostezos, suspiros, tendencia a rascarse, a estirarse o bien golpear, morder y patear o abrazar, frotarse y apoyarse. Si el analista se mantiene en contacto con su propio sistema no verbal, percibirá su propio desasosiego, sus bostezos, somnolencia, tendencia a mirar el reloj, irritabilidad, hambre, etc.

En el análisis de adultos, la interpretación del material no verbal desenmascara los niveles más profundos de la transferencia y moviliza cantidades máximas de afecto.

Durante la sesión el paciente suele traer un material verbal paralelo y disociado de otro no verbal. A través de nuestra atención flotante logramos captar este lenguaje no verbal que en general nos llega como una sensación indefinida paulatina que vamos traduciendo a palabras que por fin comunicamos al paciente.

La transferencia y contratransferencia son conceptos importantísimos en la comunicación no verbal. Cada inconsciente es único. Lo que va a suceder del uno al otro o entre el uno y el otro es totalmente imprevisible tanto para el fenómeno mismo como para las interpretaciones que da a lugar. El analista y el analizado crean la transferencia y la contratransferencia como un proceso contingente continuamente emergente que es único y exclusivo de esas dos personas particulares, del cómo se comunican en este particular encuentro clínico que combina la palabra con realidades psíquicas inconscientes no lingüísticas de emoción y

fantasía. Esta comunicación de significación intrapsíquica e intersubjetiva permite que el analista y el paciente construyan una historia basada en la concordancia.

Paciente y analista desarrollan una regulación mutua sostenida por la confianza y la seguridad a la manera como el niño con su madre. Es evidente la importancia determinante de la infancia en la vida psíquica adulta.

Se produce una reacción emocional ante todo este lenguaje que aparentemente no es explícito y con frecuencia no entendemos por qué sentimos lo que sentimos. Y es que cada quien percibe y siente la vida según las propias huellas de su piel, me refiero a sus pensamientos, sentimientos, percepciones, sensaciones, vivencias pasadas, memoria, creencias, actitudes e intenciones que en buena cuenta es lo que forma nuestro subjetivo mundo interno.

Daniel J. Siegel en su libro "Parenting from the Inside Out" afirma que la emoción es un proceso integrativo y que del modo en que balanceamos y compartimos nuestras emociones refleja el modo en que logramos integrarnos con nosotros mismo y con los demás. Al estar conectados con nuestras propias emociones estamos preparados para conectar con las emociones de los demás y así es como se comienza a dar sentido y significado a la vida. En la categoría de lo humano eso implica una perpetua interacción con los semejantes porque el individuo se constituye en las vicisitudes de diversos contactos sensoriales, ideativos, afectivos, etc. Se conforma en el espejo de los semejantes en los juegos identificatorios y desidentificatorios, en la absorción de herencias psíquicas.

Un gran número de autores han contribuído directa o indirectamente con el tema propuesto aquí, comenzando con S. Freud y más adelante otros teóricos de distintas especialidades de la psicología, antropología, neurología e inclusive filosofía son quienes proporcionan de manera multidisciplinaria grandes aportes acerca del contacto humano.

Actualmente las neurociencias integran nuestra red de horizontes teóricos de manera muy cercana a la psicoanalítica. De ello nos hablará Alberto más adelante.

Para terminar quisiera señalar otras dos formas de comunicación no verbal dentro de la relación analítica y me referiré principalmente a la empatía sensorial y al enactment que no es lo mismo pero que frecuentemente coexisten en el setting analítico.

EMPATÍA está basada en compartir la misma imagen acústica verbal junto con las imágenes motoras como los gestos ó la postura corporal, produciendo sensaciones más allá de los límites únicamente intersubjetivos ó intrapsíquicos. La empatía sensorial se desarrolla mediante el contacto entre analista y paciente en la medida que estos se aproximan a un área relacionada con el vínculo primario. No está basada tanto en pensamientos y fantasías como en sensaciones físicas.

ENACTMENT es una "representación" que se pone en acto en el sentido de puesta en escena que se desarrolla en un espacio compartido. No es una "actuación puntual" ó ACTING OUT, donde el paciente pone en acción lo reprimido sin darse cuenta generalmente.

El enactment es un proceso que involucra inconscientemente, mediante inducciones recíprocas a ambos analista y paciente en busca de una representación verbal. El analista lo siente en niveles sensoriales cambiando postura o tono de voz, ect.

Se diferencia de la IDENTIFICACIÓN PROYECTIVA porque la acción involucrada no está dirigida para forzar o persuadir a alguien de hacer algo en respuesta.

El enactment está relacionado a los elementos del inconsciente primitivo que encuentran en el acto su primera expresión envolviendo tanto a paciente como a analista.

El concepto enactment ha sido reforzado por GALLESE en 2001 con su trabajo de NEURONAS EN ESPEJO y que tiene un territorio físico en el cerebro (Cortex visual llamado V5). Corroboró el concepto de intersubjetividad en sus más primitivos niveles de comunicación agregándole una intencionalidad de acción producida a nivel neuronal. Gallese señala que cuando una persona observa la conducta y las acciones de otra persona e induce su imitación. Es un procedimiento implícito, automático e inconsciente. En base a sus observaciones afirma que las sensaciones y emociones tienen empatía con otra persona a través de un mecanismo neuronal de espejo.

Hace unos días comentaba de esta ponencia con mi hijo y de pronto me dice:

".....como es, no? Vas a transmitir todo un tema no verbal pero a través de la palabra."

Y es verdad. Pero mientras vivenciaba la experiencia del hablar con la palabra he transferido también en simultáneo mensajes no verbales que comunican y eso produce un circuito de retroalimentación con pautas de comportamiento que a la vez recibo de Ustedes, miradas, movimientos de cabeza, gestos faciales, alguna sonrisa entre otros muchísimos ingredientes que me han permitido el fluir de emociones muy gratas.

Muchas Gracias,

Sara Oxenstein

CONGRESO "VIAS REGIAS AL INCONSCIENTE"

Junio 23, 2007

BIBLIOGRAFÍA

- ANTHONY, James "SISTEMAS DE COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL" As. Ps. Ps., New York
- ALBRECHT SCHWABER, Evelyne "THE NON-VERBAL DIMENSION IN PSYCHOANALYSIS: "STATE" AND ITS CLINICAL VICISSITUDES" - Psycho-Anal. Trabajo presentado en Congreso 40 de IPA
- BONNET, Gerard "LA TRASFERENCIA EN LA CLINICA PSICOANALITICA"- Amorrortu, Buenos Aires
- BOWLBY, John "EL VINCULO AFECTIVO" - Editorial Paidós, Buenos Aires
- CECIO, Fidias R. "EL LENGUAJE NO VERBAL. SU INTERPRETACIÓN"- Revista de Psicoanálisis APA, T. 14, 1- 2 pág 110
- CODERCH, Joan "LA RELACIÓN PACIENTE-TERAPEUTA" - Editorial Paidós, Buenos Aires
- CHODOROW, Nancy "EL PODER DE LOS SENTIMIENTOS" - Editorial Paidós, Buenos Aires
- DAVIS, Flora "LA COMUNICACIÓN NO VERBAL" - Alianza Editorial, Madrid
- DYLAN, Evans "EMOCIÓN" La ciencia del sentimiento - Santillana Ediciones, Madrid
- EKMAN, Paul "EMOTIONS REVEALED" - Henry Holt and Company, New York
- FRIEDMAN, Karen Blanc "A COMPARISON OF EMOTIONAL RECOGNITION IN WOMEN WITH AND WITHOUT SIMPTOMS OF POST-PARTUM DEPRESSION" Thesis Masters in Clinical Neuropsychology
- GALLEGO, Clara Maya "LAS VOCES DEL SILENCIO" - Revista de la SCP, 28.1, Colombia
- HERNÁNDEZ, Max "AFECTO, LENGUAJE, COMUNICACIÓN: LOS CABOS SUELTOS" - Revista de Psicoanálisis APA, enero-marzo de 1999, pág 73
- LEIRA, Torhild "SILENCE AND COMMUNICATION NONVERBAL DIALOGUE AND THERAPEUTIC ACTION"- Scandinavian Psychoanalytic Review. 18(1): 41-65
- NASIO, Juan D. "LA MIRADA EN PSICOANÁLISIS" Gedisa Editorial, España
- SALOMONSSON, Bjorn "TALK TO ME BABY, TELL ME WHAT'S THE MATTER NOW" Instituto de Psicoanálisis de Stockholm, Suecia SE-171.76
- SANDLER, Joseph "EL PACIENTE Y EL ANALISTA" - Editorial Paidós, Buenos Aires
- SIEGEL, Daniel M.D "PARENTING from the INSIDE OUT"- Penguin Putnam Inc. New York
- STERN, Donnel B. Ph.D Discussion of "WHERE IS THE ACTION IN THE TALKING CURE"
- WAYNE, David J. "A SHARED BODY OF LANGUAGE" Gender an Psychoanalysis, An Interdisciplinary Journal, International Universities Press, Inc. Boston
- WOLFF, Charlotte M.D "PSICOLOGIA DEL GESTO" - Editorial Luis Miracle, Barcelona
- ZANOCCO, Giggio - POZZI, Francesco "SENSORY EMPATHY AND ENACTMENT" - Int J Psychoanal 2006,87: 145-58 Modena, Italia