

# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO**

**Facultad de Psicología**

**Trabajo Integrador Final**

**“Acompañamiento terapéutico: entre lo amigo y el  
estar a solas”**

**Autor:** Ignacio Bosch

**Legajo:** B-2444/9

**Docente responsable:** Jaime Fernández Miranda

**Modalidad escritura:** Ensayo

2021

## **Agradecimientos**

A quienes con su generosa amistad abrieron puertas cuyas llaves no estaban en mis manos. A mi familia por el apoyo. A la Facultad de Psicología donde encontré entusiasmos y complicidades amorosas. A Jaime Fernández Miranda y Juan F. Cammardella por el acompañamiento durante el proceso de escritura. A Álvaro Labarreré por su escucha, apoyo fundamental para navegar los mares pulsionales.

Nuevamente a los amigos, bastión fundamental de la vida, por sus palabras, lecturas, risas y discusiones.

**Índice**

Resumen.....Pág.

4 Palabras

clave.....Pág. 4

Introducción.....	Pág.
5 De la amistad a lo	
amistoso.....	Pág. 6 La extranjería
del amigo.....	Pág. 7 Espacios de
fuga.....	Pág. 8 Sobre el
sentimiento de soledad.....	Pág. 10 El estar
a solas con otros.....	Pág. 13
Conclusiones.....	Pág.
15	Referencias
bibliográficas.....	Pág. 17

El presente ensayo consiste en una aproximación a la amistad y la soledad en el marco del acompañamiento terapéutico. Para ello nos acercamos a la lectura de las conceptualizaciones realizadas por diversos referentes teóricos del psicoanálisis con el propósito de dialectizar la amistad y la soledad. Partiendo de la premisa que el acompañante puede estar en función de amigo, abordamos la noción de amistad para encontrar los puntos en común y las diferencias con el acompañamiento terapéutico. Entendiendo lo amigo como fenómeno transicional, zona intermedia de experiencia que no es objeto de desafío alguno, concluimos provisoriamente que la relación entre acompañante y acompañado consiste en una relación personal amistosa. El problema de la soledad es la vía que tomamos para reflexionar sobre la alteridad, ya que suponemos que en el fondo el sentimiento de soledad es el resultado del terror frente a la inminencia de la pérdida de sí mismo que implica el no reconocimiento del otro. Es así que la soledad implicaría un borramiento de la alteridad. Se concluye que el acompañante terapéutico es un otro extranjero a los lazos endogámicos cuya presencia posibilita la modulación del pasaje entre el adentro y el afuera de las relaciones primarias, asimismo su presencia no intrusiva tiene la potencia de producir el acto de estar a solas con otros, inaugurando un tiempo y espacio necesario para la vida.

### **Palabras claves**

Acompañamiento terapéutico – Amistad – Soledad – Capacidad para estar a solas.

4

*El interlocutor perfecto, el amigo, ¿no es entonces el que construye en torno nuestro la mayor resonancia posible? ¿No puede definirse la amistad como un espacio de sonoridad total?*

*Roland Barthes*

*La soledad es un amigo que no está  
Es su palabra que no ves llegar igual.*

*Luis Alberto Spinetta*

*La soledad tiene sus peligros y en  
ocasiones la evitamos, pero no es que no  
podamos tolerarla siquiera un momento en  
condiciones normales.*

*Sigmund Freud*

## **Introducción**

El tema de este escrito es consecuencia de una lectura en torno a dos ejes, el primero de ellos se desprende de la reflexión sobre la práctica del acompañamiento

terapéutico, mientras que el segundo consiste en un acercamiento al lazo amistoso caracterizado bajo el tamiz del psicoanálisis. Estos dos ejes son dialectizados con la noción de soledad, tanto con el sentimiento de soledad abordado por Melanie Klein, como con la capacidad para estar a solas trabajada por Winnicott (1981).

Partimos de que el acompañante puede estar en función de amigo, y tener consecuencias clínicas, es decir, traer resonancias sobre las posiciones subjetivas de quienes participan de esa relación. Presuponemos que alguien necesitado de acompañamiento -tanto si lo solicita o se le sugiere- es alguien que precisa de otro que lo auxilie. Los motivos pueden ser diversos, pero por lo general se trata de una persona cuyos otros cercanos se encuentran imposibilitados o han dejado de estar disponibles para acompañar un determinado trayecto vital.

El modo de vida actual ha fragmentado los lazos de manera tal que ha surgido una figura especializada en acompañar a aquellos que con su padecimiento subjetivo interrogan el "modo de vida" (Sztulwark, 2020) entendido como toda manera de vivir articulada en relación automática con el mercado, a todo lo que viene dado, a diferencia de "forma de vida", en donde estarían aquellos que asumen su vida como una pregunta, a los inadaptados, a los reflexivos, a los angustiados. Son estos últimos los que mediante sus inhibiciones, síntomas y angustias expresan el malestar en una cultura del rendimiento (Han, 2017) donde cada uno es su propio esclavo. Frente a este panorama surge la pregunta: ¿quién puede estar sano en un mundo enfermo? (Fenoglio, 2007) El trabajo en salud no puede consistir en readaptar al sujeto a la maquinaria que lo enferma sino en encontrar la vida más plena que cada uno junto a los otros pueda encontrar, esta tarea es de carácter ético-político.

El presente escrito pretende encarar la difícil tarea de abordar la experiencia del acompañamiento terapéutico y la amistad sin caer en la frialdad de un texto académico, sin burocratizar una experiencia vital en la cual el encuentro fortuito produce que algo en la vida de las personas implicadas se modifique.

## Desarrollo

### De la amistad a lo amistoso

Dentro de la literatura psicoanalítica Fernando Ulloa (2012) ubica que la palabra amistad proviene de *amicus*, pero la etimología que mejor presenta la idea de amistad, originada en *amor* (de ahí *amicus*) es *amable*, también del mismo origen y próxima a *afable*, que designa a aquel con quien se puede hablar con expectativa de respuesta cordial y justa.

Si continuamos en la búsqueda de apoyaturas etimológicas, nos encontramos con afecto, de *affectus*, cuya declinación, *afficiare*, significa lograr un cierto estado, un sitio, propicio a un clima afectuoso. Entonces, la condición *afable* es lo que prevalece en la amistad. (...) en la amistad tiene más lugar la palabra, digamos el vocablo, el que convoca, que la tentación, tan ligada al tacto y sus atrapantes tentáculos. No hay aprisionamiento en lo amigo, más bien un espacio no saturado entre quienes se pretenden amigos. (Ulloa, 2012, p. 247)

Tomando esta línea de la amistad Héctor Fenoglio (2009) sostiene que una

relación personal a la que podemos caracterizar como amistosa es aquella

en la que no está en juego, de manera central, ningún interés mundano, material o no, donde ninguno tiene que cuidarse de nada ni mantener las formas, es decir, donde se puede reposar tranquilo con la seguridad de que, del otro lado, no va aparecer ninguna agresión, competencia o descalificación; una relación en la que, aun cuando haya críticas y reprimendas severas, éstas siempre son de buena leche; en la que se puede bajar la guardia y mostrar la hilacha, las debilidades, las torpezas, las fallas, los defectos, incluso lo más feo y bajo que tengamos, pues tenemos la certeza (o casi) de que seremos cuidados y no condenados, escuchados y no juzgados, etc. (Fenoglio, 2009, "Con psicóticos", párr.3)

De este primer acercamiento podemos sintetizar que la amistad es una relación personal en donde la palabra circula en confianza de forma amable. Acaso la amistad sea una trinchera frente a una sociedad en la cual la culpa opera como instrumento de sumisión. En este sentido podemos ubicar a la amistad como fenómeno transicional, zona intermedia de experiencia que "no es objeto de desafío alguno, porque no se le presentan exigencias, salvo la de la que exista como lugar de descanso para un individuo dedicado a la perpetua tarea humana de mantener separada y a la vez interrelacionadas la realidad interna y externa" (Winnicott, Realidad y juego, 2013, p. 29)

La disponibilidad para el encuentro amistoso, como el amor, es algo que sucede o no, y cuando ocurre hay una experiencia compartida difícil de poner en palabras. En lo que respecta al acompañamiento terapéutico, es menester suspender el saber, y prestarse a otro tiempo distinto del rendimiento, es preciso querer dejar de ganarlo todo para que surja

un tiempo de pérdida que permita un encuentro en donde la ansiedad de querer estar en otro lado o sentirse en ninguna parte simplemente desaparezca o se olvide. En la cotidianidad de un acompañamiento terapéutico, la relación entre acompañante y acompañado es personal y amistosa, podemos salir a comer un choripán o una pizza sobre la barra de un bar, cocinar juntos, ir a la isla, caminar por el parque, andar en bicicleta, frecuentar recitales, escuchar música o mirar una serie, tocar instrumentos, interpretar canciones, cantar gritándole al cielo, ir al cine, jugar al básquet, bailar. Es decir, realizamos intercambios en lo cotidiano en donde cada uno cede algo de sí al otro, intercambiamos objetos libidinales inaugurando una verdadera economía libidinal. Pero no todo es color de rosa, también acompañamos dolores, fragilidades y rechazos

## 6

ofreciéndonos como soporte. En ocasiones nos hacemos sombra o *punching ball* para recibir la agresividad del acompañado sin que esto represente un peligro para él. Es que tal como lo señala Freud, "el prójimo no es solamente un posible auxiliar y objeto sexual, sino una tentación para satisfacer en él la agresión" (Freud, 2017, p. 108).

Estos intercambios y el modo de disponernos parecen semejantes al lazo amistoso, sin embargo, poseen diferencias fundamentales. La primera diferencia obvia es que el acompañamiento terapéutico es una relación que consiste en un medio de vida por el cual cobramos un honorario. La segunda diferencia es que, al estar enmarcada dentro de un contrato implica normativas deontológicas. El vínculo entre acompañante y acompañado está inscripto en el marco de una estrategia terapéutica, el encuadre que incluye el establecimiento de los horarios o el manejo del dinero forman parte de un contrato ético. Si bien el encuadre se inscribe de cierta manera fantasmática en el sujeto, movilizandose deseos, angustias, desbordes, etc., nos preocupamos en dar un marco para

que este no quede librado enteramente a los fantasmas de quienes componen esa relación intersubjetiva.

## La extranjería del amigo

¿Qué caracteriza a una relación amistosa? ¿Qué cualidad tiene el lazo amistoso? El amigo es alguien que proviene de afuera, es decir, es un extranjero, un extraño a ese primer grupo social, afectivo, que constituye la familia. En “La transmisión de legalidades y el jugar con otros”, Jaime Fernández Miranda (2020) se pregunta por el carácter estructurante que tienen los lazos exogámicos, en particular los lazos de amistad para los niños.

A diferencia de lo que ocurre en el espacio familiar, endogámico, en donde es esperable un amor incondicional entre padres e hijos, el espacio exogámico, los lazos extrafamiliares suponen un amor condicional, un amor que no tolera todo del otro. Fernández Miranda (2020) señala que es necesario cierto rechazo por parte de los padres en oposición a la incondicionalidad del amor, de modo que se dé una transición hacia el espacio exogámico donde el amor exige concesiones.

La característica condicional de los lazos extrafamiliares implican toda una tarea por parte del sujeto. Generalmente somos más vehementes al hablar con nuestros familiares, y practicamos la benevolencia frente a nuestros amigos a sabiendas de que ellos no tienen por qué aguantarnos, con los amigos somos más flexibles.

Esta condicionalidad nos habla del carácter contingente del lazo, lo cual nos recuerda al texto “La transitoriedad o lo perecedero” en el que Freud (1992) repara sobre el valor de aquello que tiene un final. Tal vez la belleza del lazo amistoso radique en su posibilidad de pérdida.

Retomando el carácter estructurante que tienen los lazos exogámicos, Ricardo Rodulfo (2017) ubica la amistad dentro de lo que Winnicott pensó como *experiencia cultural*, señalando que la amistad tiene un peso subjetivo –subjetivante-. En su intento de conceptualización del lazo amistoso, Rodulfo (2017), ubica al amigo dentro del concepto de *objeto transicional* en tanto primera posesión no-yo, resaltando el carácter de alteridad, no pudiendo definirlo en términos de objeto interno ya que pertenece al ambiente y no reduciéndose a la actividad imaginaria del *self*. El amigo se ubica en la categoría de lo transicional en tanto espacialidad dialectizante entre el binarismo interno/externo. “Decir lo transicional es decir del entre, de una zona donde no existe la oposición entre sujeto y objeto porque en tal zona o área se encuentran enmarañados de una manera indecible” (Rodulfo, 2017, p. 116). Familiar y extraño al mismo tiempo, externo e interno, el amigo funciona como un extraño adentro del espacio endogámico familiar y como un familiar en

7

el espacio exogámico, por lo cual adentro de la casa protege de las asperezas de lo familiar y afuera, en el espacio exogámico, protege de las intemperies del exterior como familiar. Siguiendo la conceptualización de estos autores, el amigo officaría como un modulador entre el espacio endogámico de lo familiar y el espacio extrafamiliar o exogámico. Rodulfo (2017) ve en esa modulación una función de puente entre un ámbito y otro, pero para poder operar en este sentido el amigo debe revestir una cualidad paradójica que forma parte intrínseca de su naturaleza.

Es un extraño que se hace Heimlich, perdiendo así sus rasgos inquietantes; es, con algo de familiar en su esencia no familiar, alguien que mitiga la hostilidad

potencial de un medio no familiar, externo en el sentido de 'potencialmente hostil'. Por más íntimo que se torne, eso no mitiga del todo su ajenidad; pero, por más heterogéneo que se muestre, eso no mitiga el aroma de lo próximo que lleva consigo. (Rodulfo, 2017, p.118)

La cualidad de ser un extraño a los lazos endogámicos posibilitando un juego entre el adentro y el afuera se presenta en el acompañamiento terapéutico. El acompañante viabiliza estar tanto en el exterior como en el espacio interior familiar apaciguando pasiones, fantasmas y pensamientos reiterativos. La figura transicional de acompañante permite abrir el juego de la presencia y la ausencia, modular la separación del acompañado con lo familiar y lo extranjero de forma tal que ese trabajo no arrase al sujeto. Es así que entramos en la intimidad del medio familiar como un agente exogámico, con nuestras particularidades que nos hacen allí un extranjero. La tensión entre lo común y la diferencia hace a la experiencia de la alteridad.

### **Espacios de fuga**

En una entrevista publicada en el diario Clarín, la escritora Ariana Harwicz (2021) dice respecto a la lectura "uno lee para olvidarse de sí, para borrarse, para odiarse, para desidentificarse" (párr. 19). Encontramos en esta idea de desidentificación en la lectura un proceso anímico que es posible pensar en otros ámbitos como el juego, el actuar, la actividad creativa de componer o interpretar una obra. El artista al subirse al escenario deja de ser quien era para prestar su piel a otro inventado, algo similar ocurre en un consultorio analítico en donde, recostados sobre el diván dispuestos al juego de la asociación libre, reescribimos nuestra historia. Estos espacios de fuga, lugares donde ser otro al impuesto por los ideales, inauguran un tiempo de desidentificación. Cuando el acompañante o el analista suspenden su saber frente al sufriente se toma el riesgo de la sorpresa, este riesgo de encontrarse siendo diferente a sí mismo -a los enunciados que tejieron las sábanas de nuestros fantasmas- abre el espacio potencial en donde encontrar la comedia en la tragedia, un lugar donde dejar de girar alrededor de sí mismo para comenzar a hacerlo alrededor del sol.

Los escenarios de acompañamiento terapéutico, escenarios múltiples, ambulatorios, rodantes, tienen la potencia de constituir espacios de fugas. Ciertamente no hay garantías de que esto acontezca, cuando sucede se debe a una predisposición en donde la honestidad tiene un valor primordial -por lo general los acompañados intuyen rápidamente cuando el acompañante está siendo infatuado, o en criollo, está siendo un *careta*-.

Fenoglio (2009), sostiene que por lo general la actitud frente a los psicóticos tiene un tinte paternalista, por lo que este pierde la posibilidad de poder decidir sobre su propia vida. Argumenta que desde esta posición resulta difícil establecer un vínculo con cualquier

persona, proponiendo que para establecer un vínculo confiable es preciso disponerse a una franqueza perfecta:

La franqueza perfecta implica el respeto pleno y absoluto del punto de vista del psicótico (como de cualquier otro), y el abandono definitivo de la posición de supremacía exclusiva que nuestra cultura otorga al punto de vista del adulto normal

medio asimilado a sus normas y valores. Alcanzar esta posición no es algo tan fácil como en principio parece, pues implica poder dejar en suspenso o, directamente, suspender todo juicio sobre normas y valores en el transcurso real y práctico de nuestra vida. Resulta claro, para quien quiere ver, que el contacto cotidiano entre los hombres en nuestra sociedad se rige por una franqueza a medias, muy propia y típica de la neurosis. Solamente desde la franqueza perfecta es posible entrar en contacto verdadero con cualquier persona; pero con los psicóticos, ésta es, simplemente, la única manera de hacer contacto con ellos. (Fenoglio, 2009, "Con psicóticos", párr.9)

Tal vez la relación de amistad sea una de las pocas que tolere una franqueza perfecta en donde cada amigo pueda mostrar su extrañeza, su radical otredad, y que esto no solo no destruya el vínculo, sino que lo constituya. Al respecto, el psicoanalista Carlos Quiroga (2017) nos dice:

La amistad no es un lugar de confort en el cual sentirse seguros y confiados. Es una relación que crea un espacio de circulación de la semejanza en la diferencia y de la diferencia en la semejanza. Por eso es un espacio de creación, de circulación en libertad. En la libertad que algo permanecerá más allá de los desacuerdos y las disputas. La amistad entonces no elimina la rivalidad, la contiene. No hay concesiones entre amigos a la hora del debate de ideas. El amigo es por un lado un bálsamo a la falla de goce y por otro lado un límite a la expansión de goce en la masa. Cuando hablamos de que el amigo sostiene ante nosotros la diferencia en la semejanza, aseguramos que el amigo es fundamentalmente la presencia de una extrañeza que debemos aceptar. (p.63)

El genio de Freud (2017) ya había advertido que en el fondo de todos los vínculos de amor y ternura entre los seres humanos hay un fondo de agresión difícil de renunciar. La amistad contiene un costado oscuro en donde se juega una dimensión conflictiva con sus tensiones y rivalidades. Resaltamos esta idea freudiana que aparece a lo largo de su obra: "toda relación afectiva íntima y prolongada entre dos personas —matrimonio, amistad, relaciones entre padres e hijos— contiene un sedimento de sentimientos de desautorización y de hostilidad que sólo en virtud de la represión no es percibido." (Freud, 1992, p. 96)

Seguimos a Freud en la idea de que la agresión es inherente a todo lazo amoroso, y nos preguntamos: ¿qué lugar ocupa la agresividad en la amistad?

Quién no ha visto a dos niños jugando y de un momento para el otro encontrarlos peleándose con cólera por un motivo cualquiera y luego volver a jugar o pasar a otra cosa. Podemos competir en algún juego con un amigo y desplegar nuestra agresividad a sabiendas que al finalizar ese tiempo y espacio nuestro amigo seguirá allí. ¿Se trata de una sublimación de la agresión? Suponemos que la amistad implica un tratamiento de la agresividad inherente a todo lazo amoroso. Decíamos que el amigo tiene una cualidad paradójica en tanto resulta un extranjero a los primeros vínculos afectivos; si el odio es primario, y al comienzo todo lo que no coincide con el Yo es expulsado hacia el exterior y experimentado con hostilidad, cabe suponer que una figura extranjera podría ser depositaria de nuestra hostilidad. Pero al mismo tiempo, sostenemos que el amigo, en el espacio exogámico, resulta una figura familiar. La condicionalidad del lazo amistoso, que el amigo no esté dispuesto a soportar todo de uno debe tener alguna relación con el

que nos diferencia del otro, es decir, lo que nos permite entrar en desacuerdo, aquello que nos mantiene distanciados. Cada amigo proviene de un mundo propio, de un espacio endogámico que es confrontado produciendo tensiones internas, estos dos mundos implosionan con la extranjería del otro, es así que las fronteras entre lo bueno y lo malo, entre las costumbres de cada núcleo familiar pueden ser puestas en juego. Lo particular de la relación amistosa es que contempla la diferencias de quienes componen el lazo, es más, esas diferencias despiertan nuestro interés. Por esto mismo decimos junto a Quiroga (2017) que el amigo es fundamentalmente la presencia de una extrañeza que debemos aceptar. Uno puede enojarse con un amigo, discutir fuertemente por cualquier motivo, ideológico, moral, mantener diferencias que podrían ser suficientes para rivalizar con cualquier otro que no sea un amigo, motivos que podrían llevarnos a una relación de adversarios o, yendo más lejos, a la de enemigos. Pero el vínculo amistoso es un lazo amoroso, y para no perder el amor del otro es necesario realizar concesiones. Podríamos decir que la amistad constituye una ganancia cultural en tanto no elimina la rivalidad, sino que la contiene sosteniendo la diferencia en la semejanza (Quiroga, 2017 p. 63). Es así que la agresividad resulta un componente estructural, fundante, que hace a la tensión necesaria para mantener el lazo a la vez que garantiza una distancia que hace a la alteridad de los amigos. Es entonces que la amistad implicaría un tratamiento de la agresividad bajo el servicio de eros.

### **Sobre el sentimiento de soledad**

En “Tema de Pototo”, Luis Alberto Spinetta canta: “Para saber cómo es la soledad / Habrás de ver que un amigo no está.” Spinetta nos habla de una soledad frente a la ausencia de otro, particularmente la canción trata sobre la pérdida de un amigo, es decir, no de cualquier otro. Pero de qué ausencia hablamos cuando nos referimos al sentimiento de estar solo cuando nos encontramos frente a la presencia real y efectiva de otro ya sea un amigo, un familiar, un analista o un acompañante terapéutico. La pregunta por el sentimiento de soledad nos concierne en tanto es probable haberlo experimentado en nosotros mismos o quizás lo hayamos escuchado pronunciando angustiosamente en boca de alguien. Particularmente merece nuestra atención en tanto está presente en los pedidos de auxilio hacia los psicólogos o analistas que eventualmente pueden solicitar la presencia de un acompañante terapéutico si la situación lo requiere.

Para abordar la pregunta por la soledad nos remitiremos a la obra de Sigmund Freud en donde el problema del sentimiento de soledad confluye con el de la angustia. En la “25ª conferencia de introducción al psicoanálisis”, Freud (1991) describe una forma de angustia psíquicamente ligada y anudada a ciertos objetos o situaciones, entre estos menciona a la soledad y nos dice “la soledad tiene sus peligros, y en ocasiones la evitamos; pero no es que no podamos tolerarla siquiera un momento en condiciones normales” (p. 363). Y más adelante: “lo que nos extraña en estas fobias de los neuróticos no es tanto su contenido como su intensidad. ¡La angustia de las fobias es directamente abrumadora!” (p. 364).

En el texto mencionado Freud analiza el estado de angustia de los niños, el estado de angustia primario se desencadenaría al reconocer a una persona que le es extraña frente al interés y la expectativa de encontrarse con un rostro conocido que le significa una satisfacción libidinal. Es el desengaño y la añoranza lo que se traspone en angustia, al quedar la libido expectante, inaplicable y no poder mantenerse en suspenso esta es descargada como angustia. Permitámonos citar un extenso párrafo de Freud que resulta conclusivo respecto a la soledad en tanto fobia:

Las primeras fobias situacionales de los niños son las fobias a la oscuridad y a la soledad; la primera persiste a menudo durante toda la vida, y es común a las dos la nostalgia por la persona amada que cuidó al niño, vale decir, la madre. Una vez oí, desde la habitación vecina, exclamar a un niño que se angustiaba en la oscuridad: «Tía, hablame, tengo miedo». «Pero, ¿de qué te sirve, si no puedes verme?»; y respondió el niño: «Hay más luz cuando alguien habla». Por tanto, la añoranza en la oscuridad se transforma en angustia frente a la oscuridad. Lejos de que la angustia neurótica sea sólo secundaria y un caso especial de la angustia realista, en el niño pequeño vemos más bien que se comporta como angustia realista algo que comparte con la angustia neurótica el rasgo esencial de provenir de una libido no aplicada. En cuanto a la angustia realista en sentido más estricto, el niño parece traerla congénita en escasa medida. En todas las situaciones que más tarde pueden condicionar fobias (alturas, puentes estrechos sobre el agua, viajes por ferrocarril o por barco), el niño no muestra angustia alguna, y tanta menos cuanto más ignorante es. Muy deseable sería que se recibieran, en herencia más instintos de esta clase, protectores de la vida; así se aliviaría mucho la tarea de la vigilancia, destinada a impedir que el niño se exponga a un peligro tras otro. Pero, en realidad, el niño sobrestima inicialmente sus fuerzas y actúa exento de angustia porque no conoce los peligros. Correrá por el borde del agua, se trepará al alféizar de las ventanas, jugará con objetos filosos y con fuego; en suma, hará todo lo que puede causarle daño y preocupar a quienes lo tienen a su cargo. Es por entero obra de la educación que por fin despierte en él la angustia realista, pues no puede permitírsele que haga por sí mismo la aleccionadora experiencia (Freud, 1991, p. 371).

En el párrafo citado, Freud desmonta la idea de que exista una angustia realista de tinte adaptativo, es la necesaria presencia de un otro experimentado que, ofreciéndose al cuidado, transmite las nociones de aquello que puede resultar peligroso para la conservación de la vida.

El primer tratamiento que encontramos sobre la soledad en Freud es como fobia, se trata de un rechazo a la soledad en tanto esta implica un desprendimiento de angustia por quedar la libido expectante frente a la ausencia del objeto añorado. Destacamos que el mismo Freud ya adelanta que no siempre la soledad suscita angustia, sino que habría otra experiencia posible de la soledad. Volveremos sobre esto más adelante cuando tratemos la capacidad para estar a solas.

Es preciso tomarnos un tiempo para desglosar el análisis de Freud, con este propósito recurriremos a la lectura de Sami-Ali quien retoma la angustia del octavo mes descrita por René Spitz, homologable a la angustia al extraño en Freud.

A diferencia de lo planteado por Spitz, para Sami-Ali (2000) la angustia frente al rostro extraño no se debe al incumplimiento de una satisfacción libidinal que añora encontrarse con el objeto materno, más bien se trataría de un extrañamiento de sí mismo como consecuencia de que primariamente el rostro de la madre y del niño están confundidos.

El sujeto comienza por reconocerse en un rostro que lo reconoce y que le da la certeza de tener una identidad. Tiene el rostro de la madre al que asimila todos los rostros, con tal de que la madre le dé la posibilidad de reconocerse en el suyo propio. Reconocimiento que es otro nombre del amor. (Sami-Alí, 2000, p. 192)

Sami-Ali sostiene que la angustia se pone en marcha cada vez que aparece la

posibilidad de perder un objeto que es también el sí mismo, pérdida sentida siempre dolorosamente como doble ya que en la angustia el objeto es al mismo tiempo el sujeto.

La angustia compromete la problemática de una doble pérdida posible, de sí mismo y del otro, como si, más allá de cada manifestación particular, existiera el riesgo de

44

no reconocerse frente al otro vuelto irreconocible. En el fondo es la misma dialéctica de lo familiar y lo extraño llevada al extremo. (Sami-Alí, 2000, p. 191)

Pensemos en cómo el acompañante terapéutico se ofrece como un rostro familiar, amistoso, como un sujeto transicional, que posibilita el juego entre lo propio y lo ajeno, manteniendo la tensión necesaria para el despliegue de la angustia, a la vez que modula las separaciones que permitan un reconocimiento de sí mismo y de los otros cercanos, promoviendo la experiencia de la identidad y la diferencia.

En “La construcción del sujeto ético”, Silvia Bleichmar (2016), trabaja el tema de la soledad marcando que en principio bajo el concepto de soledad no nos referimos al no estar acompañado por otro, ya que es posible sentirse solo incluso en presencia de otro. Al respecto, la psicoanalista explica que la soledad acompañada es mucho más patética que la soledad en sí misma, ya que esta puede dar lugar al despliegue de las fantasías y de nuevas posibilidades, mientras que la soledad acompañada es resignada y desgastante.

Acerca de las primeras fobias situacionales de los niños, propone volver a pensar allí la fobia a la soledad y la oscuridad en tanto estas no se pueden producir sino a partir de que hay un reconocimiento del yo, realizando una diferenciación entre la añoranza del objeto y la angustia frente a la soledad y oscuridad que sólo pueden producirse cuando ya ha sido estructurado un desprendimiento del objeto (Bleichmar, 2016). El sentimiento de soledad en los niños es abordado desde el orden de la indefensión y de la ruptura narcisística que implica la alianza con el adulto, siendo este último un garante frente a la indefensión.

Una referencia ineludible al tratar el sentimiento de soledad es el trabajo homónimo de Melanie Klein (2015) quien deriva este sentimiento de ansiedades paranoides y depresivas, remarcando que no se trata de una situación objetiva en la que alguien se ve privado de compañía externa, “sino a la sensación intensa de soledad, a la sensación de estar solo sean cuales fueren las circunstancias externas, de sentirse solo incluso cuando se está rodeado de amigos o se recibe afecto” (p. 306) Según Klein este estado de soledad interna, “es producto del anhelo omnipresente de un inalcanzable estado interno perfecto” (p. 306)

Contrario a lo que indicaría el sentido común, el sentimiento de soledad no se debe simplemente a la ausencia de un objeto libidinal. El sentimiento de soledad puede ser efecto de un colmamiento que se frustra, o bien de una diferencia entre lo encontrado y lo anhelado, donde el objeto resulta insatisfactorio para colmar el deseo de encuentro absoluto (Bleichmar, 2016). La diferencia entre lo encontrado y lo anhelado respecto al objeto de amor y lo que de él se recibe marca un intervalo que tendría como efecto el sentimiento de soledad. Desde la conceptualización de Klein, en la cual la proyección tiene un valor estructurante, lo que se recibe del objeto de amor sería aquello que el yo proyecta sobre este. Siguiendo esta lógica uno recibiría de acuerdo a lo que da, entendiendo que la proyección es anterior a la introyección. Pero Bleichmar invierte esta cuestión, argumentando que la única manera de que se está en condiciones de dar es que se reconozca que se ha recibido de otro.

Uno da de acuerdo a lo que recibe, y da de acuerdo a lo que recibe porque lo que da se define no por lo que recibe realmente sino por esa representación de un intervalo entre lo que otro tiene y lo que el otro ofrece (Bleichmar, 2016 p.58)

Siguiendo estos recorridos podemos concluir provisoriamente que el sentimiento de soledad se encontraría en relación a una imposibilidad de reconocerse en el intercambio

±2

con el otro, reconocimiento de la radical alteridad del otro con sus virtudes y limitaciones, que implica a su vez distinguir lo propio de lo ajeno, y la diferencia entre las expectativas y lo efectivamente encontrado en el objeto de amor.

### **El estar a solas con otros**

Pero hay una soledad distinta a la sufriente, una soledad cuyo disfrute es posible. Cuando somos chicos probamos perdernos entre las góndolas de supermercado, caminamos deprisa en la calle para separarnos de quien esté cuidándonos, jugamos a escondernos y esperamos en soledad el ser encontrados. ¿Qué posibilita el pasar del sentimiento de soledad vivido con angustia al disfrute de estar solo?

En “La capacidad para estar a solas” (1981) Winnicott sostiene que estar a solas es una capacidad individual que no está dada, sino que debe desarrollarse. Se puede temer a la soledad o por el contrario anhelarla, pero para Winnicott el punto está en la aptitud para estar a solas. El psicoanalista inglés, también remarca que con el estar solo no se refiere al hecho de estar realmente solo, sino a la capacidad de estar a solas en oposición a su incapacidad, que conlleva un gran sufrimiento. Winnicott sostiene que, si bien la capacidad para estar solo es el resultado de diversos tipos de experiencia, hay una que resulta fundamental:

Se trata de la experiencia, vivida en la infancia y en la niñez, de estar solo en presencia de la madre. Así, pues, la capacidad para estar solo se basa en una paradoja: estar a solas cuando otra persona se halla presente (Winnicott, 1981, p. 33)

Winnicott pone énfasis de que poder estar a solas con otro implica una relación especial a la cual llama relación del ego, “relación entre dos personas, una de las cuales, cuando menos, está sola; tal vez las dos lo estén, pero, de todos modos, la presencia de cada una de ellas es importante para la otra” (Winnicott, 1981, p. 33).

La capacidad de estar verdaderamente solo constituye un síntoma de madurez de por sí, esta capacidad tiene por fundamento las experiencias infantiles de estar a solas en presencia de alguien. Estas experiencias pueden tener lugar en una fase muy temprana, cuando la inmadurez del ego se ve compensada de modo natural por el apoyo del ego proporcionado por la madre. Con el tiempo, el individuo introyecta la madre sustentadora del ego y de esta forma se ve capacitado para estar solo sin necesidad de buscar con frecuencia el apoyo de la madre o del símbolo materno. (Winnicott, 1981, p.35)

Entonces, podemos decir que la soledad disfrutada es aquella que sabe de otro, por haberse producido un reconocimiento por parte del otro y hacia el otro. Es así que siendo niños jugamos a las escondidas sabiendo que hay alguien que nos está buscando,

pero qué pasaría si no hubiese un pesquisador, si no tendríamos la certeza de ser encontrados.

Dice Winnicott que el ser capaz de gozar de la soledad al lado de otra persona que también está sola constituye de por sí un indicio de salud (p. 33). Es el caso de los amantes que luego de haber tenido un encuentro sexual satisfactorio pueden permanecer uno junto al otro cada cual contento con su soledad. Lo saludable consistiría en poder disfrutar de una soledad compartida, es interesante la diferencia que Winnicott establece entre una soledad susceptible de ser compartida con otro en oposición a un retraimiento. El retraimiento no es saber estar a solas, de hecho, el semblante del retraído expresa una incomodidad, una angustia latente. Disfrutar de una soledad compartida es disfrutar de una soledad que se encuentra relativamente libre del rasgo de retraimiento.

### 13

Cuando la presencia del otro nos habilita a estar a solas podemos gozar de nuestra soledad, se trata de la inauguración de un tiempo relajado, ausente de exigencias, un tiempo de serenidad que puede dar lugar a la creatividad. Hablamos de la seguridad de contar con un otro significativo que ofrece sosiego.

Durante un acompañamiento terapéutico la presencia del acompañante, calma los padecimientos de los acompañados, la ansiedad encuentra reparo, el alucinado haya un testigo para las voces escuchadas, a veces la mera presencia -incluso en los momentos de ausencia, es decir, presencia en tanto poder contar con otro- ofrece reparo a lo intrusivo de la alucinación o los fantasmas que incesantemente someten a un sentido.

A veces la única manera de decir un sufrimiento es con el cuerpo, insomnio, náuseas, vómitos, dolores de panza, cortes, hipersomnias. ¿Son acaso estos síntomas llamados de emergencia que hacemos a otros? Recuerdo ahora un día en que alguien me dijo sentirse sola con una profunda desazón. La paradoja del decir “me siento solo” es que ya esa enunciación supone un otro receptor de una queja o dolor. El “me siento solo” expresa la impotencia de estar frente a un abismo, no encontrar reparo en otro incluso estando acompañado, se trata de un sentimiento de vacío, de insatisfacción y desconsuelo. Nos habla de no poder contar con otro, de un asilamiento, un cortocircuito con el mundo y lo cotidiano vivido con pesar, en donde se pone en juego la pérdida de sí mismo.

A los solitarios y los insomnes les queda el amigo o el analista. Este otro que nos escucha, al que atribuimos un aura de saber y reconcomiendo, a quien otorgamos esa confianza sin la cual no hay análisis (en el sentido casi químico del término), podría -debería- curarnos de todos estos dolores. Con el acudiríamos para deshacernos de la soledad insoportable que nos atenaza. Y, sin embargo, en este viaje de la cura saldrá a la luz una soledad nueva. No, el analista no corresponderá a nuestra espera de ser por fin liberados de estar solos, sino que se limitará a señalar hacia la epifanía de una presencia ausente. Puesto que nada puede suturar dicha soledad más que el encuentro con el mundo mismo (Dufourmantelle, 2019, p.132)

Proponemos que la figura del acompañante terapéutico puede ser aquel otro significativo cuya presencia transicional modula la separación con aquellos objetos primordiales, inaugurado un tiempo de espera en el cual constituir un espacio creativo para que el sujeto encuentre un modo de desplegar su soledad sin desmentir la angustia. Es así que entre lo amigo y el estar a solas, apostamos a que haya un pasaje del

sufrimiento por soledad a, como dice Fenoglio (2010), “aceptar que cada uno debe llevar adelante en su vida la tarea que tiene que realizar y nadie puede hacerla por uno, que en eso [en tanto seres castrados y mortales] estamos irremediablemente solos, aceptando el riesgo de vivir con gratitud y entusiasmo” (p. 12).

## Conclusiones

En relación al acompañamiento terapéutico y la amistad, podemos concluir que ambos lazos comparten la característica de posibilitar la entrada del sujeto al mundo de las relaciones afectivas más allá de las relaciones primarias. Por sus modos de establecerse, tiempo, frecuencia de los encuentros, los tipos de actividades que se realizan, comparten la cualidad de lo amistoso. Un acompañamiento terapéutico se desarrolla en un escenario similar al de la amistad en tanto ambos se despliegan en lo cotidiano. A diferencia de la amistad, el acompañamiento terapéutico es parte de una estrategia, se trata de una intervención frente a un estado de desvalimiento, por lo que requiere de un encuadre, de un contrato ético en donde se despliega el vínculo. Este contrato implica que ambas partes se comprometen a un encuentro previamente regulado en cuanto a lugares, tiempos, modos, honorarios, etc. Al mismo tiempo ese encuentro está abierto a lo contingente, ya que la especificidad del acompañante implica una posición abstinentes que respete la subjetividad del acompañado.

Sostenemos que la figura más fiel a lo amigo es la del prójimo, en tanto proximidad que no se confunde con el sí mismo por contener opacidades que escapan a la identificación especular, es decir, el lazo amigo contiene una disparidad que contiene la diferencia y las tensiones agresivas, esta característica particular es lo que fundamenta, estructura, el lazo amistoso.

Lo amigo, como común al lazo entre amigos y al lazo transferencial entre acompañante y acompañado, comparte la idea de hospitalidad, en tanto actitud de apertura sin reservas y condiciones. Inmersos en la vida cotidiana, acompañamos trayectos vitales sosteniendo diálogos amistosos que reconstruyen la historia personal, abriendo espacios de fuga donde resignificar las marcas de nuestra historia, desplegando en acto otra visión de sí mismo, es así que lo amigo inventa nuevos mundos.

A diferencia de un amigo, el analista o el acompañante se abstienen en indicar el bien, se prestan a una escucha abstinentes posibilitándole al sujeto el despliegue de sus deseos, fantasmas, síntomas, inhibiciones y angustia sin temor a ser juzgados.

Podríamos arriesgarnos a decir que los lazos amistosos, exogámicos ofrecen espacios de fuga en donde se encuentra reparo frente a las inamistosas exigencias de lo

cotidiano. La experiencia de la amistad nos desfamiliariza, abre puertas ocultas, enigmáticas. Lo amistoso es calma en la tristeza; es curioso cómo con amigos podemos reírnos de la tragedia; lo amigo, una proximidad no despojada de angustia nos aventura a lo inexplorado, lo desconocido. Los amigos nos ayudan a correr los riesgos del vivir, nos animamos a lo incierto, acompañando lo conflictivo de existir. Los amigos a veces nos acompañan en una etapa y después esas relaciones se diluyen, el tiempo afecta lo contingente del lazo, pero este tiene una temporalidad especial. A veces por motivos que obedecen al desarrollo de la vida nos dejamos de ver por largo tiempo con un amigo querido y luego tal vez por azar al reencontrarse dos viejos amigos no hay reproches y se vive ese encuentro con la familiaridad que tuvo en su momento más vital.

El acompañante terapéutico como aquel otro necesario para acompañar en un trayecto de la vida en la cual el acompañado está desamparado, aloja fragilidades, ampara exigencias internas y externas que atormentan al sujeto. El amigo o un acompañante pueden actuar como ese otro, alteridad próxima que posee un conocimiento sobre la preservación de la vida por lo que apuntala actos en pos de la autoconsecución. Fundamentalmente pueden actuar como ese otro que con su presencia posibilita jugar y crear en soledad animándose a enfrentar los riesgos del vivir de una forma propia que en el mejor de los casos implique un menor sufrimiento subjetivo.

Cuando no se tiene miedo a ser juzgado, cuando la transferencia permite armar un entorno donde sentirse seguro, cuidado, cuando hay otro dispuesto al reconocimiento de la

15

alteridad, es posible hacer la experiencia de estar en soledad con otros. De lo contrario estamos frente a la amenaza, en el temor permanente a perder algo, principalmente la vida, la pérdida de sí mismo, riesgo inminente e insospechado que algo malo podría pasar. La disposición abstinerente, desacelerada, ofrece reconocimiento y ternuras que cobijan angustias sin negarlas.

Para finalizar este ensayo sobre el acompañamiento terapéutico, la amistad y la soledad, recuperamos las palabras de Italo Calvino (2008) quien nos invita a encontrar lo amigo frente a las exigencias de lo cotidiano:

El infierno de los vivos no es algo por venir; hay uno, el que ya existe aquí, el infierno que habitamos todos los días, que formamos estando juntos. Hay dos maneras de no sufrirlo. La primera es fácil para muchos: aceptar el infierno y volverse parte de él hasta el punto de dejar de verlo. La segunda es riesgosa y exige atención y aprendizaje continuos: buscar y saber quién y qué, en medio del infierno, no es infierno, y hacer que dure, y dejarle espacio. (p. 97)

### Referencias bibliográficas

- Bleichmar, S. (2016) *La construcción del sujeto ético I*. Buenos Aires: Paidós. Byun-Chul Han. (2020) *La sociedad del cansancio*. Barcelona: Herder Editorial, S.L. Calvino, I. (2008) *Las ciudades invisibles*. San Luis Potosí: Crisalida Crasis Ediciones. Fenoglio, H. (2007) "Estar sano es mucho más que no estar enfermo" Disponible en:  
<http://fenogliohector.blogspot.com/search/label/%20ESTAR%20SANO%20ES%20MUCHO%20M%C3%81S%20QUE%20NO%20ESTAR%20ENFERMO> Fenoglio, H. (2009) "Franqueza perfecta. El vínculo terapéutico con psicóticos" Disponible en:  
<http://fenogliohector.blogspot.com/search/label/%20FRANQUEZA%20PERFECTA%20%20El%20v%C3%ADnculo%20terap%C3%A9utico%20con%20psic%C3%B3ticos> Fenoglio, H. (2010) *La Telépatá*. Buenos Aires: publicación independiente. Freud, S. (1991). Obras completas: *Sobre un caso de paranoia descrito autobiográficamente*

- (Schreber) *Trabajos sobre técnica psicoanalítica y otras obras* (1911 – 1913) Tomo XII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1992) *Obras completas: Más allá del principio de placer. Psicología de las masas y análisis del Yo y otras obras* (1920 - 1922). Tomo XVIII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1992) *Obras completas: Contribución a la historia del movimiento psicoanalítico. Trabajos sobre metapsicología y otras obras* (1914 – 1916) Tomo XIV. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1991) *Obras completas: Conferencias de introducción al psicoanálisis (Parte III)* Tomo XVI. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (2017) *Obras completas: El porvenir de una ilusión, El malestar en la cultura y otras obras: 1927 - 1931*. Tomo XXI. Buenos Aires: Amorrortu.
- Harwicz, A. (2021) “La corrección política genera arte infame”. Disponible en: [https://www.clarin.com/viva/ariana-harwicz-correccion-politica-engendra-arte-infame-\\_0\\_X4P8Ki0Tn.html](https://www.clarin.com/viva/ariana-harwicz-correccion-politica-engendra-arte-infame-_0_X4P8Ki0Tn.html)
- Klein, M. (2015) *Envidia y gratitud y otros trabajos III*. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Paidós.
- Miranda, Jaime Fernández. *La transmisión de legalidades y el jugar con otros*. - Noches de Transmisión en vivo. Yoica 27 de abril 2020. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=BhMd5txOPZQ>
- Quiroga, C. (2017) *La necesidad del otro*. Buenos Aires: publicación independiente.
- Rodolfo, R. (2017) *Ensayos sobre el amor en tiempos digitales*. Dominios sin dueño. Ciudad autónoma de Buenos Aires: Paidós.
- Sami-Ali (2000). *El sueño y el afecto*. Una teoría de lo somático. Buenos Aires: Amorrortu.
- Sztulwark, D. (2020) “El neoliberalismo es un gran aparato que opera sobre el deseo y las maneras de vivir” Disponible en: <https://www.pagina12.com.ar/248046-diego-sztulwark-el-neoliberalismo-es-un-gran-aparato-que-ope>
- Ulloa, F. (2012) *Novela clínica psicoanalítica: historial de una práctica*. Buenos Aires: Libros del Zorzal.
- Winnicott, D.W. (1981) *El proceso de maduración en el niño*. Barcelona: Editorial laia.