

La Transferencia y las relaciones humanas

Psic. Victoria Molina

¿A qué nos referimos cuando hablamos de “transferencia” en las relaciones humanas? Partimos de la definición que hace el diccionario de la Real Academia Española: Transferencia: acción y efecto de transferir; (transferir: pasar o llevar algo desde un lugar a otro. Ceder a otra persona el derecho, dominio o atribución que se tiene sobre algo). *Transferencia: Evocación en toda relación humana, y con más intensidad en la psicoterapia, de los afectos y emociones de la infancia. En el psicoanálisis, ideas o sentimientos derivados de una situación anterior, que el paciente proyecta sobre su analista durante el tratamiento, del que es parte esencial.*

Sin profundizar en la muy amplia teoría psicoanalítica, haremos una sencilla aproximación al tema, con la única finalidad de saber de su existencia y, en términos elementales, de su funcionamiento.

¿Por qué nos interesa saber de la transferencia? ¿Por qué hablar aquí de la transferencia? La respuesta es sencilla, hablamos de ella porque queremos entender un poco mejor lo que sucede cuando nos relacionamos con los demás; al conocer algunos de los mecanismos que intervienen en la formación de vínculos interpersonales, estaremos mejor capacitados para tener relaciones más sanas, y uno de esos mecanismos es, precisamente, la transferencia.

De forma general, podemos decir que el supuesto básico de la teoría de la transferencia estipula que, en las relaciones emocionalmente significativas que vivimos en el presente (aquí y ahora), los seres humanos tendemos a pensar, sentir o actuar de un modo en que nuestro mundo interno, y aún más, nuestras experiencias infantiles dominantes, tienden a influir, interferir o francamente dominar tales experiencias del presente, hasta el punto de confundir y hacernos distorsionar nuestro juicio de la realidad actual, agravando o determinando conflictos en nuestras relaciones con las personas con las que estamos teniendo tales vínculos actuales. Lo que significa que cualquier tipo de relación que tenemos en el presente, estará influida por las experiencias de las relaciones que hemos tenido en el pasado.

Al ser la transferencia un *mecanismo inconsciente*, no importará el grado de atención que se preste a la relación presente; este vínculo actual seguirá estando bajo los influjos de aquel pasado que ha dejado su huella.

LeonGrinberg nos dice: “en la transferencia el individuo transfiere sus 'memorias' de experiencias significativas previas, cambiando la realidad de sus objetos, dotándolos con las cualidades del pasado, juzgándolos y tratándolos como lo hizo en su pasado”.

Entonces, estamos hablando de un proceso mediante el cual un sujeto adjudica a otro sujeto, distintos roles según sus modelos internos; es, por lo tanto, un proceso en el que interviene una vía que vincula el pasado con el presente, y la consiguiente adjudicación de roles. Y es en este proceso donde se hará manifiesta la distorsión en la lectura de la realidad.

Se trata de una repetición de prototipos infantiles, vivida con un marcado sentimiento de actualidad.

La transferencia está presente en todas las relaciones humanas, manifestándose con mayor intensidad en las relaciones que generan condiciones de intimidad. Ese *lazo invisible* que se establece en forma automática e involuntaria, es el que permite investir a la figura del “otro” con intensos contenidos afectivos, en ese contexto independiente de toda realidad; es una actualización de emociones, actitudes, vivencias y conductas inconscientes que se vinculan con el pasado, las cuales se transfieren al otro. Es una repetición de modalidades de relaciones vividas durante la infancia, en especial con ‘objetos primarios’ (la madre en primer lugar). Muestra, por tanto, la influencia del pasado sobre el presente y cómo los vínculos tempranos tienen una repetición en la vida actual.

Se puede hablar de dos tipos de transferencia: positiva y negativa.

La *transferencia positiva* surge cuando el sujeto siente ciertas gratificaciones, atracción, simpatía, o cualquier *sensación agradable* por parte del otro, y se dispone hacia él con una actitud positiva (aceptación, simpatía, apertura, confianza, etc., todas ellas actitudes amorosas, finalmente). El sujeto se siente cómodo y revive las experiencias gratas de su historia.

La *transferencia negativa* se produce cuando el sujeto siente todo lo contrario que en la transferencia positiva, o sea, una hostilidad, rechazo, agresión, etc. de parte del otro, reviviendo así conflictos pasados que le impulsan a activar sus mecanismos de defensa, levantando una barrera con el otro y actuando también con hostilidad.

Cuando existe una transferencia positiva, la relación con el otro puede fluir y progresar adecuadamente, independientemente de que se llegue a conocer aquella parte inconsciente que influyó para que se formara el vínculo. Sin embargo, cuando existe una transferencia negativa, será necesario hacer un análisis personal para saber qué parte del mismo sujeto es la que ha interferido para que tenga esos sentimientos adversos que complican la relación con ese otro en particular. De esta manera, será posible diferenciar los aspectos personales de las conductas de los demás que, dicho sea de paso, también están bajo la influencia de sus propias transferencias. Ejemplificándolo en primera persona se puede decir que yo siento cierta hostilidad con X porque me pareció agresivo o antipático, dándose así una transferencia negativa de mí hacia X (porque esas actitudes me reviven experiencias pasadas similares que me fueron desagradables o dolorosas); sin embargo, también X pudo haber tenido esas actitudes hacia mí debido a que sintió algo parecido de mí hacia él, ya fuera en mis actitudes, mi tono de voz, alguna expresión, algún comentario, etc., que le hizo revivir algo desagradable de su pasado (su propia transferencia negativa).

En la transferencia se ha producido un desplazamiento: los impulsos, los sentimientos y las defensas correspondientes a una persona del pasado se han trasladado a otra del presente. Como fenómeno inconsciente, la persona que reacciona con sentimientos de transferencia, por lo general, no se da cuenta de esa distorsión, de ahí la necesidad de reflexionar, un poco más detenidamente, acerca de lo que se experimenta o se siente, antes de actuar o reaccionar en una relación personal.

Vemos ahora la magnitud de la distorsión en la lectura de la realidad; con lo cual, también, resulta más fácil hacer un juicio de los demás que elaborar un auto-análisis, asumiendo la responsabilidad de lo que verdaderamente nos pertenece.

La transferencia pone de manifiesto contenidos derivados y deformados del inconsciente, en el cual no existen diferenciaciones o clasificaciones de roles. *Es la búsqueda de congruencia, la necesidad de darle sentido a lo manifiesto, lo que lleva a intentar*

reconocer afectos, experiencias y anhelos. Se tratará, entonces, de hacer una adecuada **diferenciación** entre mundo externo y mundo interno, entre el ‘yo’ y el ‘no-yo’, entre pasado y presente; reconocer el delgado límite que separa lo real de lo irreal.

Cuando se habla de transferencia, en cualquiera de sus formas, se podría decir que de lo que se trata, en el fondo, es de los afectos; y es esta dimensión afectiva del ser humano, la que nos es tan complicado aprender a descifrar. Si decimos que una de las principales distinciones de la transferencia es el tener, por una persona, sentimientos que no le corresponden y que en realidad se aplican a otra, podemos darnos cuenta de la razón por la que no resulta una tarea fácil la de hacer -y mantener- relaciones interpersonales razonablemente ‘sanas’.

Con este breve y sencillo acercamiento al tema de la transferencia, es posible evidenciar un ‘fenómeno’ más de ese complejo, y hasta misterioso, mecanismo que es la mente humana. Y si a esto le añadimos otro tema, igualmente complicado, como son las relaciones interpersonales, obtenemos, como hemos visto, una intrincada mezcla digna de reflexión y análisis.

En pocas palabras: la transferencia consiste, entonces, en una “conducta de réplica”, en una “analogía emocional”, y debe ser entendida como la ‘manifestación de sentimientos inconscientes que apuntan a la reproducción estereotipada de situaciones, característica de la adaptación pasiva (propia de la naturaleza humana). Esta reproducción está al servicio de la resistencia al cambio (pasividad), de la evitación de un reconocimiento doloroso, del control de las ansiedades básicas (miedo a la pérdida, miedo al ataque)’. O sea que, como tendencia, es preferible repetir los patrones relacionales (sin importar si son patológicos), que enfrentar los cambios, con las ansiedades o las situaciones dolorosas que estos conlleven.

Efectivamente, los seres humanos, por lo general, preferimos seguir los caminos más cómodos que aquellos que nos impliquen un esfuerzo, y, sobre todo, si el trabajo a realizar puede tener implícito algún tipo de dolor, sin importar si ese sufrimiento temporal podría ser el camino a un bienestar más duradero y real.

Para concluir, cabe mencionar que a pesar de que la transferencia es un fenómeno general, universal, inconsciente y espontáneo, no significa que estamos “condenados” a tener relaciones patológicas, ni a vivir situaciones distorsionadas e irreales. Como casi todo en la vida, esto dependerá del grado de interés, atención y trabajo que pongamos en su descubrimiento y elaboración.