

**Edita:** Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo  
**Impresión:** Lomas  
**Deposito Legal:** B-5621-1991  
**ISSN** 1133-1593

# HUMOR BLANCO: EROS-THANATOS INDISOLUBLEMENTE UNIDOS

*Salvador Alemán Méndez*

*Iván L. Alemán Ruiz*

*Universidad de Las Palmas de Gran Canaria*

*alerui@correo.cop.es*

*ivanar@correo.cop.es*

---

## Introducción

¿Por qué este trabajo? Al leer el título de este symposium "Amor y humor" se nos presentó en primer plano una imagen atractiva, pero irreal. Se nos presentaba delante un grupo lleno de divertido amor, es decir, risas, buenas caras, ausencia de roces, miradas seductoras... todo Happy, happy, happy y, aunque suponíamos que no sería así, algo nos chirrió muy adentro. Así se gestó el comienzo de este trabajo.

Thanatos-eros son dos realidades inseparables. Imposible una relación de "buen rollo" si no coexiste con el "mal rollo". El encuentro de dos será eternamente de dos y nunca, en el imposible bíblico "... y los dos se hacen uno solo." (1).

Si en la relación se encuentran dos diferentes, por lógica, en algunas ocasiones uno tendrá, necesariamente, que dejar claro los límites y en algún momento de la comunicación defenderlos con toda energía. Porque reconozcamos que la primera tentación de dos que se aman es la de antropofágicamente zamparse al otro. La repetida y ambigua frase de dos personas que se quieren mucho "¡te comería a besos!" lo deja en evidencia. No hay paraíso sin Dios y serpiente (vuelve el eros-thanatos) y el árbol prohibido al que sólo puede acceder Dios es el árbol del bien y del mal, eso, un solo árbol donde están ambas polaridades (1)

Evidentemente que el eros vincula. Y el ¿thanatos? Aparece como la amenaza al vínculo y su mal manejo disgrega, rompe y destruye. Pero su necesaria presencia en la relación amorosa, no sumisa, obliga a asumirlo haciendo que contribuya a que el vínculo madure, se fortalezca, crezca y se multiplique. Debe tener esa virtualidad. Sin pretender tratar el meollo de la cuestión aceptamos la pregunta ¿acaso no hay relaciones que se alimentan sólo desde el thanatos?

Aplicando lo dicho al trabajo terapéutico, se admite, en general, que el componente amoroso (eros) forma parte natural y necesaria de la relación psicoterapéutica. A este aspecto se le dan distintas denominaciones a partir del modelo conceptual del que se parta: transferencia positiva, empatía, simpatía, etc.

Así se afirma que lo que "cura" es la relación (2). Por supuesto, siempre que sea terapéutica, frente a iatrogénica, como apunta Cabrera y otros (3), sin simpatía no hay psicoterapia dice (4). Se llega a afirmar, incluso, que lo que de verdad transforma y hace crecer es el manejo adecuado de la relación amorosa, quedando el resto al servicio de ella. Importa lo que se habla en la sesión de psicoterapia, pero lo más importantes es lo que "ocurre" en el íntimo encuentro entre el terapeuta y el paciente, cliente, acompañado, usufructuario o como se llame. El terapeuta que no da con la pregunta adecuada, deja de ser terapeuta. (5)

Pero, como expusimos anteriormente, también en el ámbito terapéutico junto al eros, aparece el thanatos (6) es decir, el conflicto, el mal entendido, la sensación de ser tratado injustamente y ¿por qué no decirlo con el término de calle? el mal rollo Así de simple y de humano. De repente se rompe el encanto y sencillamente el sentir que no caigo bien o no me cae bien proveniente de cualquiera de las dos partes del acto terapéutico, cambia la escena de la terapia. Se hacen presentes necesariamente elementos agresivos (thanáticos) que ponen en crisis el vínculo en el que se sustenta el trabajo de mejora personal.

Es más, su presencia es señal inequívoca de la autenticidad de la relación terapéutica. Hasta podríamos decir que cuando aparece nos encontramos con el elemento crítico (de crisis = purificación) que establece un antes y un después en la tarea terapéutica. Estamos por decir que el buen manejo de ello distinguirá al buen del mal terapeuta y en adelante multiplicará el éxito de la tarea emprendida con tanta dificultad o la paralizará. Esta realidad ha despertado multitud de debates técnicos. Por ejemplo: la dictadura del terapeuta, la simpatía del terapeuta, la enfermedad del terapeuta, la oscuridad del mismo, etc. (7)

Frente a ello se impone reflexionar sobre el manejo (¿técnico?) del asunto. Proponemos el humor blanco (no ocultador de la respuesta agresiva disimulada) como una forma de abordarlo en esa integración eros-thanatos, ya que, por una parte, no tapaná el fluir de los sentimientos, desdramatizará su presencia dándole un tinte de naturalidad y colaborará que ambos se coloquen en otro lugar: en un lugar más flexible y más adecuado para el análisis de lo que está ocurriendo en

su interior y de sus comportamiento en los vínculos de la calle, cooperando indiscutiblemente a que no se frene el proceso y mucho menos se interrumpa. Esa es nuestra experiencia y la hipótesis de la que partimos.

Como en las tesis de los viejos escolásticos aclararemos los conceptos de humor, al menos en el sentido que le damos en este trabajo para situar el debate, lejos de terminologías, para el tema de fondo: la utilidad del humor en el ámbito terapéutico.

No nos referimos a la ironía, sarcasmo, ridiculización ni al humor negro, entendido como la risa provocada que necesita un perjudicado (ni siquiera de los personajes del acto humorístico), ni al "golpe" gracioso que más bien es un golpe bajo disimulado de la agresividad del terapeuta u ocultador de su mal manejo de la situación por la propia herida narcisista, su mal conocimiento de sí mismo o su miedo a perder un cliente o como un desahogo del terapeuta. Más bien nos referimos a la provocación de la risa que nace de la necesidad amorosa de buscar vincularse desde un lugar sorpresivo que anula el enquistamiento y rigidez que provoca frecuentemente la presencia de lo agresivo, la presencia saludable del terapeuta que "ayuda" a reconducir la situación valorando la autenticidad del atreverso. A esto hemos convenido llamarle humor blanco por contraste con el humor negro.

El trabajo pretende confrontar la propia experiencia del uso del humor en terapia con la de seis terapeutas con distintos referentes teóricos en vista a establecer una hipótesis más consistente en base a futuros trabajos. Se plantea en el symposium para contrastar los resultados

## Método

Grupo de discusión con dos observadores anotadores: Seis terapeutas: 2 psicoanalistas, 1 gestáltico, 1 cognitivista, 1 transpersonal, 1 yogaterapeuta 1 Rogeriano.

Ejes de la discusión: 1) prejuicios acerca de la risa en sesión, 2) manejo de las situaciones cómicas, 3) humor espontáneo y humor provocado, 4) capacidad del terapeuta para el humor y el humor como salida terapéutica en situaciones de dificultad relacional.

Procedimiento: grupo de discusión de tres horas, dividida en dos sesiones de hora y media, coordinada por uno de los autores del trabajo

## Resultados

A nivel cualitativo destaca lo siguiente:

### 1) Acerca de los prejuicios ante la risa en las sesiones

- Hay acuerdo de que es inevitable la presencia espontánea de lo jocoso en la tarea terapéutica y en que la han ido manejando mejor a medida que han ido pasando años de experiencia.
- Tres reconocen que la primera vez que se produjo la risa descontrolada en terapia experimentaron un cierto desconcierto y malestar.
- Excepto el de formación cognitivista reconocen que les ayudó la naturalidad de su supervisor en aquel momento en el tratamiento de ese hecho.

### 2) y 3) Acerca del manejo de las situaciones cómicas y del humor provocado y espontáneo

- Se conviene en denominar situación cómica cuando ocurre algo que da risa, o se cuenta algo que es jocoso y a ambos les provoca la risa o sencillamente el terapeuta interviene de forma jocosa para reorientar lo que está ocurriendo.
- Se dividen las opiniones al afirmar que el humor espontáneo es más fácil de manejar que el provocado que obliga a intervenir desde la provocación de la risa para lo que hay que tener un cierto sentido del humor para evitar el ridículo y, por tanto, una salida fallida.
- Tres opinan que el humor es una forma más de ayudar a comprenderse al propio paciente.
- Los mismos tres opinan que en algunas situaciones es la única forma de señalar algo en lo que el paciente pueda hacer insigh.
- Existe unanimidad en que el humor provocado sólo lo deben emplear quienes tengan capacidad para ello, y que para abordar bien el espontáneo se necesita práctica.

- Cinco afirman que el sentido común en este asunto es peligroso ya que el humor provocado puede con facilidad convertirse en agresión sutil al paciente.

### 4) Acerca de la capacidad del terapeuta para el humor y el humor como salida terapéutica en situaciones de dificultad relacional.

- El grupo se centra en el manejo de lo cómico en situaciones de agresividad, incompreensión, etc. en el acto terapéutico.
- Uno insiste que el humor es una cosa natural y que no hay que complicarse más y que se debe usar como el terapeuta lo usa en la vida.
- Los cinco restantes coinciden que el humor es un rostro de muchas caras y que el mismo "golpe" puede ser un acto portador de ternura o cargado de una agresividad incalculable.
- Los mismos insisten en que se impone un claro conocimiento de cómo se siente el terapeuta cuando el paciente le está agrediendo y una clara idea de lo que pretende con la salida humorosa, aun en el caso de que el terapeuta sienta que lo mejor sea responder con la agresión.
- Insisten en que debe ser un acto pensado pero que eso es difícil porque contrasta con el hecho de que lo gracioso, provocador de risa va muy unido a lo que surge de pronto.
- Todos están de acuerdo con pequeños matices de que es condición indispensable para que sea útil el acto humorístico, en terapias no específicas del humor, el que nunca sea evaluativo ni incluya juicios de valor, como en el resto de las intervenciones psicoterapéuticas.

Al final y fuera de guión se debatió lo reconfortante que es caer en la cuenta que en la vida los malos rollos, manejados con humor, pueden enriquecer el buen rollo del amor mutuo en nuestra vida personal, al margen de ser psicoterapeutas.

## Conclusiones

- Coincidencia de la inevitabilidad de la presencia del humor espontáneo en el acto terapéutico.

- Necesidad de profundizar en la intervención “técnica” en la triada eros-thanatos-humor a partir de la utilidad terapeuta de la triada. .
- Ventaja del que tiene sentido del humor a la hora de ser buen terapeuta
- Compaginar naturalidad con medir las consecuencias de la broma en el proceso terapéutico.
- Así podremos modular la j: ja, ja, ja, je, je, je, ji, ji, ji, jo, jo, jo

## BIBLIOGRAFÍA

La Biblia, *Génesis*. Madrid: la Casa de la Biblia. 1993

Yalom, L. *Psicoterapia existencial*. México D.F.: Fondo de cultura económica. 1989

Cabrera, J., Alemán, I., Alemán S. y Martínez N. *Integrar la veteranía y juventud en coterapia: más allá de los modelos teóricos*. Boletín de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo. 21: 139-146. 2003.

Ferenzi, S. *El diario clínico de 1932*. Obras completas Tomo.I. Madrid: RBA coleccionables S.A. Biblioteca de Psicoanálisis. 1932.

Bowlby, J. *Discussion on paper “Aspects of transference in group analysis”* en Mario Marrone *Group Analyss*, 17:191-194. 1984.

Freud, S. *Más allá del principio de placer*. Obras completas. Buenos Aires: Amorrortu editores. 1920

Alemán, S. *Transferencia y contratransferencia “de grupo”* en Nicolás Caparrós e Isabel Sanfeliú *La enfermedad del terapeuta*. 2006.