

Crítica

Celedonio Castanedo (coord.) (1993)

Seis enfoques psicoterapéuticos

México, D.F. El Manual Moderno

En el primer capítulo de este libro, Hennig Jensen resume los aspectos básicos del psicoanálisis freudiano, abriendo su intervención con una sucinta exposición de los antecedentes históricos del psicoanálisis, a la que siguen algunas consideraciones sobre el desarrollo de la teoría y de la terapia psicoanalítica, para concluir con un balance de sus resultados cien años más tarde.

Al considerar el contexto formativo del joven Freud, al autor se limita a reflejar los aspectos más inmediatos del mundo intelectual alemán de su momento y, en particular, de la medicina. Freud asimila y defiende inicialmente la fisiología fisicalista de la Escuela de Helmholtz, realizando sus primeros trabajos en el ámbito de la fisiología cerebral y de la neurología clínica. Y aunque sus intereses derivarán prontamente hacia el estudio de los fenómenos psicopatológicos, el mecanicismo continuará siendo el quicio fundamental de su pensamiento. De este modo, el dinamismo psíquico se comprende, en todo momento, como un juego de fuerzas y de reequilibrios energéticos dentro de un sistema cerrado, tanto en el empleo inicial de los métodos hipnótico y catártico como en la reconceptualización del trauma psíquico y en la formulación del método psicoanalítico posterior.

Las consideraciones relativas al desarrollo de la teoría psicoanalítica se centran en torno al descubrimiento freudiano de la realidad psíquica concebida como inconsciente y en la discusión acerca de la metapsicología freudiana, entendida bien como la génesis «biológica» de la subjetividad, bien como la crítica de la psicología de la conciencia, donde las pulsiones básicas constituyen el aspecto dinámico de la estructuración psíquica.

En cuanto a la evolución de la terapia psicoanalítica se resalta la sustitución del método hipnótico por la técnica de la asociación libre, como pro-

cedimiento más idóneo para vencer las resistencias y facilitar la interpretación. De igual modo, se enfatiza la importancia que como medio adquiere la transferencia en la terapia psicoanalítica y otros conceptos relacionados como la contratransferencia y el autoanálisis.

Con la perspectiva del tiempo, tres aportaciones freudianas aparecen como verdaderamente innovadoras: en primer lugar, la forma de construir la historia vital del paciente, ligada a su coobservación participativa del proceso terapéutico; en segundo lugar, el planteamiento transferencial de las relaciones terapeuta-paciente; y, en tercer lugar, el reconocimiento de la importancia del autoconocimiento del terapeuta. Estas tres dimensiones configuran un nuevo tipo de terapia que, sin embargo, y por su propia naturaleza-, ha dado lugar a múltiples desarrollos y discusiones internas dentro del psicoanálisis; cuyos resultados más positivos son —a juicio de Jensen— las investigaciones de Margareth Mahler sobre los procesos de individualización temprana y la constitución de las relaciones objetales, la teoría de la construcción social de las estructuras objetivas de Lorenzer y el estudio de la función del lenguaje en el psicoanálisis de Lacan. Pero, como no todo es positivo, y el riesgo de defunción oprime, el autor aboga por un psicoanálisis del psicoanálisis o una lucha por el recuerdo que, a su entender, comportará la recuperación del sentido de crítica cultural que le supone al psicoanálisis.

En el segundo capítulo del libro, Herman Lucke intenta ofrecer una panorámica general de la terapia de conducta, exponiendo sus principios más básicos y los métodos de tratamiento de efectividad más probados, todo ello partiendo de su propia formación y experiencia terapéutica.

Señala con acierto el autor, desde un primer momento, que la terapia conductual comienza con el análisis funcional de la conducta, que establece las relaciones de contingencia entre las variables antecedentes, orgánicas y consecuentes. Con ello, el cliente reconceptualiza su problema y comprende progresivamente las verdaderas relaciones funcionales que existen entre sus conductas y los elementos situacionales. En algunos casos el análisis funcional es suficiente para que el cliente modifique la situación utilizando espontáneamente sus recursos naturales, pero por lo general es preciso que el terapeuta diseñe cuidadosamente las oportunas estrategias de cambio, de acuerdo con sus conocimientos teóricos del aprendizaje y con su experiencia de modificación de conducta acumulada.

Continúa el autor señalando que la terapia de conducta además de no ser simple ni siempre fácil de aplicar, no es tampoco superficial. Y si, en otro momento, compara el proceso de discriminación del estímulo involucrado en el análisis funcional de la conducta con una cierta forma de insight, propia de la orientación psicodinámica, en este caso, donde esta última orientación pone «profundo», el enfoque conductual pone «complejo», para significar que detrás de un síntoma o conducta problema puede haber implicadas más de una causa, según la historia de aprendizaje de esa conducta.

Por último, el autor quiere destacar la asepsia ideológica de la terapia conductual, que no impone —a su juicio— ninguna concepción determinada del hombre, promoviendo, por otro lado, la formación de habilidades específicas de autodirección y autonomía en las personas que carecen de esas habilidades.

Se completa la aportación del autor con una breve exposición de las más conocidas técnicas de terapia conductual, realizada en torno al tratamiento de problemas comunes, como el de las respuestas de ansiedad, depresión, drogadicción, etc.

Pierre Thomas aborda en el capítulo tercero la tarea de describir y resumir las dimensiones y factores que dan cuerpo al Análisis Transaccional, comenzando por destacar la concepción humanista y positiva que su creador, Eric Berne (1910-1970), impulsará, enfatizando el concepto de elección conductual basada en una decisión infantil, reversible o curable mediante nuevos procesos de aprendizaje, oponiéndose de este modo al modelo psiquiátrico tradicional de enfermedad y cronicidad. A diferencia de este modelo, Berne desplaza el origen de los problemas mentales y conductuales hacia la pérdida de la autonomía y de la autoconfianza, consecuencia no tanto de anomalías internas como de las dificultades experimentadas por el individuo en sus interacciones sociales. Y al ubicar la responsabilidad del cambio en la persona misma y en la afectividad derivada del uso de una amplia pero concreta gama de instrumentos conductuales, configura un método positivo y valioso para la educación y formación humana.

La arquitectura teórica del Análisis Transaccional se fundamenta sobre una concepción estructural y dinámica de la personalidad que remeda aparentemente la estructura descrita por Freud, conformada en las instancias del Ello, el Yo y el Super yo. La diferencia es sin embargo importante, pues mientras las instancias psicoanalíticas son abstracciones inobservables, los Estados del Yo Padre, Adulto y Niño del Análisis Transaccional son realidades concretas que pueden ser activadas y resultan medibles a través de los comportamientos físicos y verbales del dinamismo individual. La centralidad de los fenómenos subjetivos y el construccionismo psíquico es otro aspecto compartido por ambos enfoques, pero distinto en uno u otro caso, cosa que no señala el autor.

Los Estados del Yo se activan de uno en uno en las situaciones vivenciales y pueden reconocerse mediante los signos de conducta físicos y verbales que les son característicos, y que se producen en el curso de las transacciones interpersonales, revelando las áreas de conducta, productivas y asertivas o improductivas e inadecuadas de los individuos que interactúen. El autor se entretiene en describir los Estados del Yo, para destacar, finalmente, la frecuente contradicción que se plantea en la dinámica interna de esos Estados y entre el significado real y el significado percibido de los acontecimientos. Menciona, además, la relevancia de la complementariedad cuantitativa y cualitativa que rige las transacciones interpersonales, co-

mo consecuencia de la actuación articulada de los Estados del Yo de los interlocutores, así como las dificultades originadas en la comunicación o en las transacciones cruzadas, que distingue de las transacciones ocultas (dobles mensajes y «juegos psicológicos») y de las transacciones fundadas en la incongruencia interna.

Completa la exposición de los aspectos teóricos básicos del Análisis Transaccional el enunciado de las necesidades psicológicas fundamentales, que resalta la necesidad del contacto social y reclama el desarrollo y aprendizaje de una estructura positiva de mensajes e intercomunicaciones, la configuración de un programa existencial y la definición del argumento de vida o expectativa de realización, regida por los mandatos grabados en la infancia y dirigido por guiones de acción no siempre positivos.

En la última parte de su intervención, Pierre Thomas sintetiza los aspectos fundamentales de la actuación clínica en el marco de la terapia transaccional, justificando la preferencia del tratamiento de forma grupal y definiendo el Análisis Transaccional como una forma contractual de tratamiento de grupo, condicionado por el mutuo consentimiento del paciente y el terapeuta, la competencia de éste último y la selección apropiada de pacientes.

Por último, se exponen las principales técnicas de la terapia transaccional, acompañadas por esclarecedoras ilustraciones de casos. Se destacan las técnicas de protección o apoyo otorgado por el terapeuta y los permisos o inducciones al cambio, así como la potencia u oportunidad de la aplicación de las diversas técnicas del Análisis Transaccional en relación con el análisis estructural y funcional de la personalidad, el análisis de los juegos psicológicos y el análisis de los guiones psicológicos de los pacientes, evidenciados a través de los signos de conducta específicos elaborados y reconocidos durante la terapia de grupo.

La exposición de Pierre Thomas constituye una buena introducción al Análisis Transaccional por su carácter equilibrado, compensación y claridad.

La exposición relativa al Psicodrama que lleva a cabo Abelardo Brenes se estructura en dos partes. En la primera de ellas se abordan los supuestos teóricos del psicodrama moreriano y sus componentes específicos. Como cualquier otra psicoterapia, también el psicodrama debe sustentarse sobre una teoría de la personalidad y una teoría psicopatológica y, por ello, el autor trata de identificar los principios del «seísmo» o existencialismo moreriano, que gira en torno a la crítica de la cultura europea de la Primera Guerra Mundial, cultura excesivamente analítica y a la que el padre del psicodrama opone la vivencia y la espontaneidad creadora. La espontaneidad como tal no es intencional, ni tampoco se resume en un puro sentimiento, pues añade a ello un impulso a relacionarse con los demás y a sensibilizarse ante la propia experiencia.

La teoría del desarrollo de los ciclos de la vida del individuo y de la familia constituye otro pilar sobre el cual Moreno basa su conceptualización del existir humano como proceso dramático y creador. De esta forma, el

desarrollo humano se comprende, mediante las categorías del análisis dramático y de la acción terapéutica, como un proceso psicodramático de carácter grupal, donde la perspectiva de la fenomenología social y la teoría de la acción grupal juegan un papel decisivo. Por contraposición a la teoría psicosexual freudiana, Moreno centra su atención en las formas de interacción social estructuradas en el curso del desarrollo, que condensa en la llamada «matriz de identidad» o evolución desde la fusión inicial del neonato a la discriminación de la madre y a la capacidad de asunción de roles sociales. Las técnicas psicodramáticas anclan en esas interacciones sociales generadas a través de las etapas del desarrollo, mientras que la escenificaciones culminan en la organización de la representación de la persona ante sí misma.

El psicodrama moreriano es, con todo, una terapia centrada en la acción, mas que en la palabra, a diferencia del psicoanálisis, y, decididamente, una terapia grupal, donde el sujeto adopta un rol activo y generalmente consciente. Pero, como señala el autor, la diferencia fundamental entre el psicodrama moreriano y el psicoanálisis freudiano reside en la prioridad concedida al encuentro interpersonal sobre la transferencia intergrupal, dado que el primero es previo y facilita la creación de la comunidad de experiencias psicodramáticas. Inversamente, las técnicas psicodramáticas se conciben como medios útiles para potenciar el encuentro interpersonal.

La teoría psicopatológica de Moreno asume una nueva concepción de lo normal y lo patológico, que el integra en la acción psicodramática, mediante la constitución de una comunidad terapéutica que da cabida a todas las formas de existencia subjetivas. De este modo son integrados en el teatro de la espontaneidad los productos sociales desviados, que recuperando el drama interno de los actores lo eleva a la categoría de experiencia intersubjetiva de modo creativo. El rol desempeñado en la representación es el medio por el cual la persona revive su propio drama y las situaciones sociales relacionadas con el mientras que la reformulación de los dramas vitales y el intercambio de los roles favorece la catarsis.

El resto de la intervención de Abelardo Brenes presenta sucintamente las aportaciones recientes del psicoanálisis francés contemporáneo al psicodrama y la utilización del psicodrama en la escuela psicoanalítica Argentina. La interpretación estructuralista del psicoanálisis integra la técnica psicodramática, desarrollando la terapia grupal analítica y transformando los materiales aportados por los miembros del grupo o por el personaje, progresivamente, a través de los niveles de representación simbólico, imaginario y discursivo. Dentro de la corriente francesa, la línea representada por Anzieu enfatiza la utilización psicodramática de las fantasías grupales, mientras que otros siguen la teoría crítica lacaniana del sujeto/ según la cual el sujeto está constituido por el deseo del otro, incorporado desde las primeras etapas de la vida, deseo que se entrelaza en las afirmaciones y carencias de la pareja progenitora.

El psicoanálisis argentino aporta, por su lado, contribuciones al desarrollo del psicodrama, mediante una nueva concepción de la teatralidad y de los niveles de representación, así como de los tipos de dramatización y de actuación, reflejando las finas distinciones realizadas por Bouquet.

Finalmente, se pretende fundamentar las tesis de que el psicodrama no es una nueva técnica psicoterapéutica recurriendo a las teorías de la referencialidad y a los modelos dramáticos de la acción social, así como a la teoría sistémica de los ciclos de la vida familiar.

La exposición de un modelo de análisis dramático del desarrollo humano devuelve al capítulo un rostro más concreto, orientado al lector en torno a la práctica psicodramática.

El capítulo dedicado a la terapia rogeriana comienza con algunas notas contextualizadoras referentes a la vida y obra de Carl Rogers en las que se subraya su evolución liberal y el resultado novedoso de la «orientación no directiva», característica del método rogeriano.

La introducción a la terapia rogeriana se engrosa con varias consideraciones preliminares, la primera de las cuales se refiere a la concepción epistemológica de Rogers, que intenta resolver la confrontación de los métodos fenomenológico y experimental mediante una concepción de la ciencia que, partiendo de la experiencia propia y volviendo a ella, pasa por la comunicación concreta y recíproca, el compromiso en la acción y la valoración ética. Resalta igualmente el autor cuan importante es para Rogers el estilo y la forma de intervención terapéutica —por encima del contenido—, pues la actitud del terapeuta es la condición necesaria y suficiente de una terapia centrada más en la calidad de la relación humana entre el terapeuta y el cliente que en cualquier tecnicismo intelectualista. Esta actitud se fundamenta en la orientación intimista de Rogers, que, lejos de ser huida de la arena social, constituye una búsqueda de la relación de autenticidad en la que los seres humanos aprenden a ser independientes, desarrollando la tendencia de actualización unificada de su organismo, bajo el sistema de regulación aportado por la evaluación positiva de sus experiencias. Y es aquí, con estas premisas, donde no cabe una actitud terapéutica directiva: el desarrollo es el fundamento de la terapia y esta se limita a facilitar el proceso de cambio espontáneo del cliente, que no es un objeto de tratamiento sino un sujeto activo y constructivo dentro de la relación prototípicamente humana establecida con el terapeuta. ¿Como no ver en esta actitud de Rogers hacia el aprendizaje una posición verdaderamente actual?

Ahora bien, en el curso del desarrollo pueden producirse desadaptaciones si el individuo claudica ante las «condiciones de valor» impuestas por los demás, condiciones que hacen peligrar la congruencia entre la experiencia y la simbolización consciente del individuo. Con estos supuestos, la acción del terapeuta no es otra que la de crear las condiciones favorables para que el cliente reaprenda a valorarse consciente e incondicional-

mente, y a la actitud que asume el terapeuta Rogers la califica de «no directiva» o «centrada en el cliente».

En la última parte de su exposición, el autor define y resume acertadamente los aspectos más importantes de la práctica terapéutica rogeriana, comenzando por desglosar los imperativos de la actitud no-directiva rogeriana, las técnicas de la reformulación terapéutica y la naturaleza de la entrevista comprensiva y empática. Expone, a continuación, las condiciones de la actitud no-directiva, echando mano de diversas citas del propio Rogers, para acabar con una balance de los principales resultados esperados de la terapia rogeriana.

Cierra este conjunto de enfoques psicoterapéuticos el capítulo dedicado a la terapia gestáltica por el propio compilador del libro. En su intervención, el profesor Castanedo dibuja las líneas esenciales de este enfoque, ilustrando sus principios y técnicas con la exposición de variados y sugestivos casos clínicos, fruto de su experiencia profesional.

Desde el principio insiste el autor en el carácter holista de la terapia Gestalt, cuyo objetivo final es ayudar al individuo a darse a sí mismo el apoyo que necesita para superar sus fracturas y conflictos internos o interpersonales, logrando, en —y gracias a— su vivencia actual psicoterapéutica, la integridad de sus vecciones orgánicas y mentales, la superación de sí en la totalidad de la polaridad mente-cuerpo.

El sustrato teórico último de esta aproximación terapéutica remite a las ideas desarrolladas por los psicólogos de la Gestalt durante la primera mitad del siglo xx en torno a los procesos perceptivos y también del aprendizaje y de la solución de problemas. Conceptos como el de insight, leyes de la buena forma, pregnancia o cierre constituyen el recurso teórico básico de acuerdo con el cual la terapia gestáltica considera necesario que el cliente reviva aquí y ahora sus experiencias inconclusas, para llevarlo a la experiencia completa.

Tras estas consideraciones generales y una rápida mención de los antecedentes de la psicoterapia gestáltica, el autor profundiza en algunos aspectos teóricos de la misma. La totalidad de la persona se logra en el triplete interactivo de lo psíquico-lo somático-el medio, donde unos y otros factores intercambian dinámicamente posiciones de figura y fondo. La terapia gestáltica reconduce ese dinamismo para llevar al individuo a la toma de conciencia del campo interactivo del que es parte integral.

En la práctica, como señala Castanedo, el terapeuta guía la atención del cliente hacia los procesos de la experiencia inmediata consigo mismo y en su interrelación con el ambiente, mientras el propio terapeuta participa e influye en los procesos de campo, mediante su propia experiencia, sus referencias conceptuales y las técnicas que dan soporte al campo y reorientan la atención del cliente para modificar gradualmente su experiencia, en la que, finalmente, los problemas son vistos como meras ilusiones. Entonces, el darse cuenta de sí mismo sinergiza con la movilización de energía y se autoactualiza el potencial del desarrollo personal.

No ha descuidado el autor una referencia a los recursos diagnósticos, especialmente orientados al reconocimiento de las tres necesidades básicas de que hablara Schutz: la inclusión (o tendencia de afiliación), el control (o influencia interpersonal) y el afecto. Se trata, por ejemplo, del Test de Orientación en las Relaciones Interpersonales Fundamentales, el Cuestionario Gestáltico Homeostático de Woldt (1984) y el Examen Gestáltico del Contacto Interpersonal de Frew (1983).

Finalmente, se extiende el profesor Castanedo en la exposición de algunas aplicaciones terapéuticas, distinguiendo entre las intervenciones individuales, las intervenciones con parejas y familias y las intervenciones con los grupos de encuentro. Resulta de especial interés la lectura del apartado referente al tratamiento de familias con hijos deficientes mentales, donde el autor vuelca buena parte de su experiencia terapéutica y toma ocasión para exponer y definir las resistencias gestálticas al contacto del individuo consigo mismo y con los otros.

En resumen, este libro constituye un viaje útil a través de las principales tendencias psicoterapéuticas, y, gracias a su lectura, quien lo tome en consideración podrá obtener una rápida noción de los multiformes desarrollos experimentados por la doctrina y la práctica psicoterapéutica. El lenguaje empleado hace a este libro accesible a un público amplio, aunque se beneficiarán preferentemente de él los estudiantes universitarios y los licenciados.

José Luis ROSSIGNOLI SUSÍN