

EL MENTAL RESEARCH INSTITUT (MRI): ENTREVISTA CON PAUL WATZLAWICK

Lluís Casado

En el bagaje intelectual de muchos psicoterapeutas contemporáneos ocupa un lugar importante la llamada “escuela de Palo Alto”. Escuela que no deja de ser un tanto atípica ya que surge del esfuerzo común del trabajo sobre la comunicación de un antropólogo (Bateson), la psicoterapia (Jackson) y la inspiración a distancia del genio clínico de Milton Erickson.

Si tenemos en cuenta que ni Bateson ni Erickson pertenecieron jamás al símbolo de la escuela (el MRI) nos daremos cuenta de la originalidad del proyecto.

El caso es que este grupo de iniciadores, a los que progresivamente se fueron añadiendo otros importantes psicoterapeutas como Virginia Satir, John Weakland, Paul Watzlawick o Richard Fish entre otros, han constituido uno de los grupos de mayor influencia en la psicoterapia de los últimos años. Su modelo construido a partir de la teoría de sistemas, la cibernética, el constructivismo y su objetivo de lograr un abordaje breve fue , sin duda, renovador y ha perdurado hasta nuestros días.

Hoy, 37 años después de la creación del MRI, tuvimos la oportunidad de charlar brevemente con Paul Watzlawick en su despacho del Mental Research Institut en Palo Alto, en el que a sus 75 años sigue trabajando diariamente.

¿Qué es el MRI en los años 90?

En los años 90 es la continuación de nuestra evolución desde la fundación en 1959, aunque naturalmente nuestros grandes mentores ya no están con nosotros. En el MRI lo que es importante es que hay una multitud de enfoques e intereses. No somos una institución rígida con unas convicciones, digamos exclusivas, que no permiten otros abordajes. La flexibilidad siempre ha sido una de nuestras características más importantes.

¿En qué están investigando ahora?

Esto debería usted estudiarlo en los programas que tenemos. Lo que a mí me interesa desde hace muchos años es el Centro de Terapia Breve, en donde estudiamos como se puede conseguir un éxito terapéutico en poco tiempo, pero hay también otros programas de investigación.

Tras la primera sorpresa ante la respuesta vimos que no era tan extraña ya que como nos dijo Karin Schlanger (Senior Research Fellow del MRI) éste es como un paraguas institucional que cobija diversos programas de investigación y de tratamiento (terapia breve, narrativas, asistencia a familias de alcohólicos, centro latino de terapia breve, etc.) que se desarrollan bastante autónomamente, aunque existe otro paraguas, éste intelectual, formado principalmente por el propio Watzlawick, Fisch y hasta su reciente desaparición Weakland.

Después de estos 37 años, ¿cuál cree que es la aportación que ha hecho el MRI a la Psicología y la Psicoterapia?

A la Psicología no lo se porque no soy psicólogo. A la Psicoterapia ciertamente hemos aportado algo, ya en los años anteriores a la formación del MRI con el trabajo de Bateson y el de Don Jackson nuestro fundador y primer director, sin olvidar la influencia de Milton Erickson en nuestro enfoque. Jack Haley y John Weakland fueron muchas veces a Phoenix y nos trajeron cosas interesantísimas del trabajo de Erickson. A partir de estos trabajos hemos ido continuando, pero repito, desgraciadamente nuestros grandes mentores ya no viven.

Entre todo este trabajo ¿destacarí usted el desarrollo de un método breve de psicoterapia?

Si y también la aplicación en contextos no necesariamente clínicos, como, por ejemplo, las organizaciones. Desde hace muchos años yo trabajo en organizaciones y también en ellas la gente empieza a darse cuenta de que si algo no funciona en el contexto de la organización, no se puede decir que la culpa es de una persona, buscar el chivo expiatorio y echarlo. Empiezan a darse cuenta de que existe un fenómeno que yo llamaría “patologías sistémicas” que ya no se pueden reducir a una sola persona. Para mí ésto es lo más importante.

El modelo del MRI (sistémico, constructivista) en su momento fue muy renovador aunque hoy estas posiciones sean asumidas por la mayoría de abordajes psicoterapéuticos...

No todos (risas)

...los más recientes al menos, pero al observar su trabajo se tiene la impresión que además de la teoría y la técnica es un modelo muy basado en el “oficio” del psicoterapeuta, en la visión clínica, cualidades en las que parece que Jackson y Erickson eran maestros

Mire en cualquier profesión hay personas que tienen más éxito que otras, siempre hay personas que son excepcionales. Este no es solo el caso del MRI.

Me refería a que la influencia de éstos terapeutas excepcionales pudo influir en

la idea de plantearse una terapia breve, que no necesitara tanto análisis e investigación para conocer al paciente...

No solo eso. No solo el éxito de algunas personas individuales. Por ejemplo Bateson introdujo la cibernética en el campo clínico, lo que no se había hecho hasta ese momento. Hoy en día ya no trabajamos con la idea dogmática de la causalidad lineal del pasado al presente, y que por tanto los problemas del paciente solo se pueden solucionar después de descubrir las causas en el pasado para que el paciente pueda comprender, tener el “insight”. Todo esto con la introducción de la teoría sistémica y de la cibernética se terminó para nosotros, aunque ello no quiera decir que no siga existiendo ese otro enfoque que busca las causas en el pasado.

La cibernética, la teoría de los tipos lógicos, influyeron mucho en su modelo...

Solo en lo que se refiere a la paradoja. Fue un estudio especial de Gregory Bateson con el que creó su concepto de la comunicación paradójica. El quería estudiar eso basándose en conceptos matemáticos, lógicos, etc., pero no es necesario estudiar matemáticas y lógica para comprender la esencia de una intervención paradójica.

...lo que quería preguntarle es acerca de la influencia constante de las ciencias “duras” en las ciencias sociales.El último caso lo vivimos actualmente con la Física Cuántica. ¿Porqué buscamos explicaciones para los fenómenos humanos en las Ciencias Naturales?

Yo creo que es porque todavía creemos que las Ciencias Naturales han descubierto la “realidad real”, que las cosas son así. Esto ya no lo podemos aceptar, como ya advirtió en 1926 Einstein cuando en un debate con Heisenberg dijo que era completamente erróneo creer que las observaciones llevan a la formación de la teoría; al contrario, la teoría determina lo que podemos observar. Esto es algo completamente moderno, nuevo.

O postmoderno, aunque el otro día le oí decir que no entendía muy bien que era la postmodernidad parece como si esa negación de la existencia de la “realidad real” produjera a nivel social una relativización a otros niveles como el de los valores. Se confunde la responsabilidad de la construcción de la propia realidad con la no responsabilidad coherente con la no existencia de patrones claros...

No, no quiere decir que no hay responsabilidad. Sabemos solo que podemos crear realidades menos dolorosas que las que crean las personas, si hablamos del campo clínico. Pero desdichadamente el constructivismo, como todos los modelos científicos, puede ser utilizado abusivamente, por ejemplo en la propaganda política o en la comercial. Utilizan los mismos métodos para crear lo que nosotros tratamos de eliminar en la terapia, por ejemplo, la dependencia de necesidades infantiles. La

propaganda trata de crear necesidades infantiles, en lugar de superarlas.

La construcción de la realidad no es solo individual, sino que también, o fundamentalmente, se construye socialmente. ¿Cómo integran esto en su modelo?

Actualmente cuando trabajo en un caso trato de comprender la cultura a la que pertenece esa persona. Trabajando con una familia griega, por ejemplo, allí hay una realidad familiar completamente diferente que en una familia norteamericana. Hay muchos factores que componen la totalidad de la realidad, y las influencias culturales también intervienen entre muchas otras.

Pero un cambio que lleva a la persona a enfrentarse a una norma cultural es mucho más difícil...

Es mucho más difícil, pero en el trabajo con esa persona o esa familia se descubren reglas, que se podrían llamar culturales, pero el nombre que se da a la regla no tiene importancia, es uno de los factores que hay que tener en cuenta, que existen. Ellos viven en una realidad en la que estas normas son aspectos de la supuesta realidad de la existencia. Cuando vivía en Bombay me presentaron a dos o tres “swamys”, que son personas sabias, sagradas. En otro lugar se las hubiera diagnosticado de esquizofrenia catatónica (risas)...es todo muy relativo.

Durante los años de existencia del modelo la realidad exterior ha cambiado, esto ¿ les ha obligado a modificarlo?

Esto es imposible de decir, pero el aspecto más importante es que nosotros , precisamente porque nos basamos en el constructivismo, hemos abandonado la idea de que hay una realidad real que nosotros sabemos y los demás no porque son unos locos. El constructivismo es él mismo una construcción. Hay que tener en cuenta esto, porque la tarea de la ciencia moderna ya no es el descubrimiento de la realidad, sino la elaboración de técnicas que sirven para determinado objetivo. Esto es todo. Es muy posible que dentro de cinco años las cosas que hacemos hoy en día, o al menos una parte, las habremos reemplazado por técnicas más eficaces. Pero precisamente sin caer en la trampa de creer que esto es la realidad definitiva. Naturalmente es necesario adaptarse a descubrimientos y técnicas nuevos.

La pregunta que quiero hacerle para acabar se la habrán hecho muchas veces.Su modelo está muy focalizado a un objetivo...

...el objetivo es la reducción del sufrimiento, no una meta metafísica, lo que la persona debería hacer de su propia vida y todo eso. Mire, yo de formación profesional soy analista junguiano y durante muchos años pensé que esa era precisamente mi tarea.

La pregunta hacía referencia a la acusación que se ha hecho a su modelo de ser demasiado funcionalista, orientado muy pragmáticamente aún limitándolo...

...peor, peor, manipulador, superficial, cosmético, se ha dicho que el cambio que hemos logrado no puede mantenerse porque no conocemos las causas en el pasado...

El tiempo de que disponíamos se había agotado. A pesar del laconismo de algunas respuestas la sensación de lo mucho que quedaba por hablar era inevitable. También la de que en nuestro improvisado papel de periodista quien había focalizado la entrevista había sido el Dr. Watzlawick. Probablemente no cabía esperar otra cosa ante una persona que ha dedicado su vida al estudio de la comunicación humana.