

LA PSICOTERAPIA EN UNA SOCIEDAD POSTMODERNA

Isabel Caro

Universitat de València

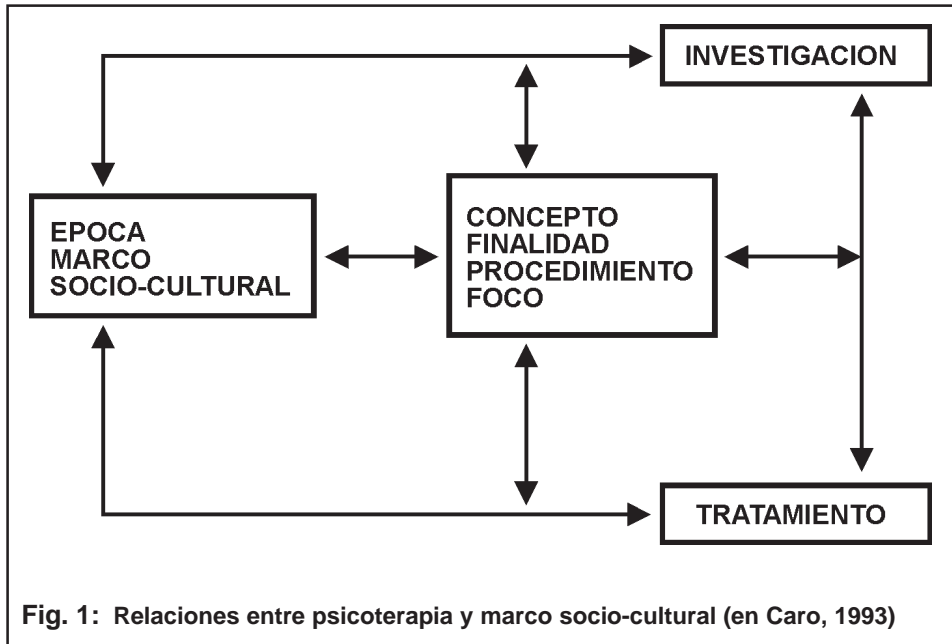
This paper explores the relationships between psychotherapy and postmodernism from the answer that the latter gives to four key issues: language, truth, the relevance of social context, and the marginalization of method. Following this postmodern discourse we will see its influence upon our understanding of psychopathology, of the patient or client we work with, and upon our therapeutic role and training. The paper will end with a brief explanation of a postmodern psychotherapy.

INTRODUCCION

Me gustaría comenzar recordando un reciente trabajo de Pinillos del año 1994 en el que afirma que los hombres viven en un tiempo histórico, en un mundo histórico de cultura, son seres históricos en un estado de cambio permanente; creando continuamente nuevos “mundos” de cultura que, a su vez, modifican su propia condición psicológica.

En la línea de este planteamiento podemos comenzar afirmando que nuestro objeto de estudio, “la psicoterapia”, no es una ciencia transhistórica que trata y se ocupa de enfermedades universales. Es decir, que la práctica psicoterapéutica no es apolítica (Cushman, 1992).

La siguiente figura muestra el marco que va a dar sentido a nuestros comentarios (en Caro, 1993). Cada época se caracteriza por ofrecernos formas de entender determinados fenómenos y las relaciones entre ellos. Con ello conceptualizaremos nuestro objeto de estudio: la psicoterapia y en cuestiones relacionadas con su finalidad, sus procedimientos y su foco. Con todo ello se potenciarán o se defenderán el tipo de investigaciones que avalen determinados tratamientos, y los tipos de tratamientos que serán avalados por metodologías concretas de investigación.



Lógicamente, los modelos diferentes se heredan y se traspasan históricamente. El hecho de pasar de una época a otra no implica la defunción de un modelo y su reemplazamiento inmediato por otro más sintonizado con la época, lo único que significa es que ese modelo no ha evolucionado, y sigue manteniendo una epistemología de base semejante.

Lo que también debemos constatar es que diversas epistemologías, diversas formas y maneras de explicar las cosas han coexistido en diversos momentos y son compartidas en la actualidad.

Así por ejemplo, el surgimiento “oficial” de la psicoterapia, con el psicoanálisis, se enmarca en la época modernista, al igual que otro enfoque radicalmente distinto pero que se beneficia también de planteamientos modernistas, sobre todo del positivismo lógico, como es el caso del conductismo (Robinson, 1985) apareciendo, incluso, estas ideas detrás de la primeras terapias cognitivas (Ibáñez, 1993; Gergen y Kaye, 1992).

Relacionamos la modernidad en psicología con palabras y supuestos tales como la búsqueda de lo esencial, las certezas duraderas, que hay algo que se puede conocer, existen propiedades universales, logramos la verdad a través del método, y los resultados de esta metodología son impersonales, sin valores ni ideología (Gergen, 1992). Estas características modernistas, con una de sus más claras consecuencias en nuestro campo, el papel preponderante de la ciencia, se ven claramente en Freud, el conductismo y las primeras terapias cognitivas, que

comparten la creencia general de que el terapeuta funciona como un científico (Gergen y Kaye, 1992).

Aunque la mayoría de las investigaciones en psicología se guían por la lógica modernista, algo está cambiando en ciertos lugares, que defienden una nueva visión. El término que mejor acoge algunos de los elementos más significativos de nuestra época, a partir del cual vamos a proceder al análisis de la psicoterapia y de algunas de sus prácticas es el de *postmodernidad*. Lo “postmoderno” se asocia con palabras y supuestos tales como, construcción, multiplicidad de perspectivas, hiperrealidad, perspectivismo o punto de vista, la verdad como consecuencia del intercambio social, del lenguaje de la comunicación y las relaciones.

Pero antes de que profundicemos en la vertiente más académica de la postmodernidad, relacionando psicoterapia y postmodernidad, veamos una descripción y algunos ejemplos de lo que es esta sociedad “post” en la que dicen que vivimos.

Como la describe el profesor Seoane (1993, pp. 169-170), “cualquier habitante de una de las ciudades del occidente desarrollado, cuya principal ocupación o preocupación sean los símbolos, la comunicación, la información o lo que clásicamente se llama conocimiento, comienza a sentir una especial sensación de agobio; literalmente se siente con la cabeza agachada y abrumada por el peso. Y es que a medida que la existencia se hace más liviana en nuestra cultura, a medida que crece “la insoportable levedad del ser”, aumenta el sentimiento de agobio intelectual. Palabras y conceptos, creencias y valores, conocimientos y técnicas, se juntan de golpe en una cabeza que ya no sabe si es biológica o sociológica, histórica o informática...Se desvanecen lentamente las creencias en el progreso, en la enseñanza y en el ser mejor...el espacio se desparrama sin límites y surge la aldea global donde habitan hombres sin raíces, sin cultura propia, universales.”

El hombre en la sociedad “post”, no sabe si va o viene, unos dicen que está vacío (Baudrillard, Cushman), otros que se siente agobiado, vive múltiples papeles y carece de certezas, todo lo reduce o lo reducen a un punto de vista.

¿Está el psicoterapeuta o futuro psicoterapeuta preparado para tratar con este tipo de personas? En principio, como afirma Ibáñez (1993), no. Aunque hay una posible salida, cuya respuesta iremos elaborando.

Desde un punto de vista más formal, ¿qué es la postmodernidad?

CARACTERISTICAS DEFINITORIAS DE LA POSTMODERNIDAD

Durante los años 50-60, son frecuentes los temas postmodernos, en arquitectura, crítica literaria y sociología en USA. Los 70 acogen la obra de los filósofos franceses. Y en los 80 el término “postmoderno” es ya del dominio público, en el mundo occidental.

Como señalan diversos autores (Kvale, 1992; Mahoney 1995) adecuadamente, la postmodernidad no es una escuela de pensamiento, o una serie nítida y

delimitada de características. El discurso postmoderno es heterogéneo, *per se*, destaca las diferencias y los cambios continuos de perspectiva e intenta evitar conceptos dicotomizados y reificados. “Postmodernidad” es un término popular que acoge a algunos de los temas de actividad y exploración que han surgido en la segunda mitad del siglo XX. Tarnas (1991, citado en Mahoney, 1991, p. 474) ofrece la siguiente sinopsis que nos puede servir como definición,

“La mente postmoderna puede verse como un conjunto de actitudes abierto, indeterminado que ha sido modelado por una gran diversidad de tendencias intelectuales y culturales; éstas van desde el pragmatismo, el existencialismo, el Marxismo y el psicoanálisis hasta el feminismo, la hermenéutica, la deconstrucción y la filosofía postempirista de la ciencia, por citar sólo algunos de sus ejemplos más destacados.... El sujeto humano es un agente incorporado, que actúa y juzga en un contexto que nunca puede ser totalmente objetivado, con orientaciones y motivos que nunca pueden ser totalmente comprendidos y controlados. El sujeto que conoce no se puede separar del cuerpo o del mundo, que forma el marco y la condición de todo acto cognitivo... De nuevo, muchas fuentes contribuyen a este desarrollo -el análisis de Nietzsche sobre la problemática relación entre el lenguaje y la realidad; la semiótica de C.S. Peirce, afirmando que todo el pensamiento humano tiene lugar en los signos; la lingüística de Ferdinand de Saussure, manteniendo las relaciones arbitrarias que se establecen entre palabra y objeto, signo y lo significado; el análisis de Wittgenstein sobre la estructura lingüística de la experiencia humana; la hipótesis lingüística de Sapir y Whorf sobre que el lenguaje modula la percepción de la realidad, tanto como la realidad modula al lenguaje; las investigaciones genealógicas de Michel Foucault sobre la construcción social del conocimiento, y el deconstruccionismo de Jacques Derrida, desafiando el intento de establecer un significado seguro en cualquier texto”.

Analizaremos, a continuación, algunas de las características más sobresalientes de la postmodernidad, de las cuáles derivaremos implicaciones para la psicoterapia.

1) Postura sobre el lenguaje.

Fundamentalmente se asume que el lenguaje modela nuestras vidas y que es el medio por el que damos sentido a lo que nos rodea y a nosotros mismos. La idea básica, desglosada en dos, sería que las palabras son convenciones sociales, siendo, pues, el grupo social quien da significado a las palabras, abandonando cualquier intento de reificar el lenguaje.

Desde esta perspectiva la tradicional búsqueda de lo bueno o lo malo, o del conocimiento objetivo, carece de sentido, a lo sumo opera como un triunfo conversacional. La postmodernidad nos invita a revisar la verdad y la ética de una

forma distinta, reflexionando sobre nuestras realidades considerándolas proposicionales y a nuestras normas como locales, provisionales y políticas (Gergen, 1994).

Por ejemplo, bajo esta óptica, surgen grupos sociales que claman por sus derechos. Gente de otras culturas, no occidentales, alegan que la psicología occidental es una forma sutil de colonialismo. Las psicólogas feministas critican que hasta ahora la psicología haya sido hecha a imagen y semejanza del varón y luchan por sus propias prácticas terapéuticas. Grupos organizados de ex pacientes mentales claman que se ha abusado de ellos por medios y tratamientos científicos. Grupos de pacientes (por ejemplo, anoréxicas) se unen para “apoyarse entre ellas al margen de profesionales, psicólogos o médicos que no las entienden”, o surgen figuras como la de la “escuchadora” que se dedica, haciendo honor a su nombre, a escuchar problemas, desde luego, sin ser terapeuta.

En definitiva, el grupo que juega un determinado juego es el que marca las normas, define las jugadas y a sus participantes. Entre ellos cobra sentido todo.

2) Postura sobre la verdad

Podemos afirmar que en la postmodernidad, “la verdad ya no es lo que era.” La verdad es una cuestión de perspectiva (Gergen, 1992) y todas las perspectivas son una consecuencia del intercambio social, construidas sobre sistemas de comunicación y de relación.

Ya no podemos estar totalmente seguros de que lo que creemos descansa sobre bases sólidas. En relación a esto se nos aconseja dos cosas (en Mahoney, 1994). En primer lugar, cada uno de nosotros debe de hacer un acto de fe -”retirarnos hacia el compromiso” (un término enunciado por Bartley, que representa el compromiso del artista con su obra)- que no puede ser garantizado por nada ni por nadie (ya sea la autoridad, los datos, la lógica o la revelación divina). Y, además, como afirma Mahoney (Mahoney, op. cit.) podemos asumir, siguiendo a Watts, la llamada *sabiduría de la inseguridad* que puede no ser tan reconfortante como su alternativa, pero es, con toda claridad, más sostenible y más provocadora.

3) Reflexión contextual

Nuestro tema, el objeto de estudio, lo que trabajemos en psicología no existe al margen de nuestro contexto, ni de nuestro discurso. Nuestras circunstancias históricas, nuestra mentalidad occidental nos hace entender, por ejemplo, que existe algo llamado personalidad, que además existen procesos cognitivos en las personas, que poseen una dimensión narrativa y asumir que frente a esto existe una disciplina aplicada, la psicoterapia, que nos puede interesar y que nos ofrece respuestas.

A este propósito se pueden considerar los siguientes axiomas del construccionismo social (Cushman, 1992) que es una de las teorías más identificadas con la epistemología postmoderna:

- 1.- cada época aboga por un tipo de configuración del sí mismo.
 - 2.- de las enfermedades que afectan al sí mismo
 - 3.- de las instituciones y entidades oficiales responsables de curar esas enfermedades.
 - 4.- de las tecnologías que se usan para curar las enfermedades del sí mismo.
- Por decirlo de otra manera, tenemos “permiso social”, los psicoterapeutas, para estar aquí, y somos agentes activos de esta situación.

4) Marginalización del método

Bajo el modernismo la metodología tuvo una apoteosis virtual. Era el medio para la verdad y para esclarecer. Sin embargo, para la postmodernidad los métodos de investigación tradicionales (entiéndase, sobre todo, el método hipotético-deductivo) se contemplan, en el peor de los sentidos, como dispositivos justificatorios equivocados. Operan como garantes de la verdad de obligaciones apriorísticas hacia formas particulares de descripciones saturadas de valores (Gergen, 1992). Recordemos que no existe la posibilidad de un conocimiento objetivo.

Además la metodología experimental asume un punto de vista sobre el funcionamiento humano que se critica en la postmodernidad. Tal metodología hace que el individuo juegue el papel de un autómatas cuya conducta es el producto de inputs ambientales, denegando sus posibilidades de ser agente y de tener responsabilidad personal. Además, tal metodología apoya una separación artificial entre el que conoce-científico y el sujeto, sugiriendo que el conocimiento superior se gana a través de relaciones alienadas.

¿Que consecuencias aportan estos principios? ¿Qué podemos deducir para entender nuestro objeto de estudio, la psicopatología humana, las personas con las que trabajamos (clientes o pacientes) y nuestro propio papel como terapeutas? Dos de las características señaladas, el análisis lingüístico y social, van a predominar.

LA PSICOPATOLOGIA EN LA PERSPECTIVA POSTMODERNA

Como señala Ibáñez (1993) podemos decir que la “locura” es un logro de la interacción social bastante característico de lo que le preocupa al ser humano del siglo XX. Y si la noción de locura va unida a la de psicoterapia, podemos afirmar, igualmente, que los antiguos no sabían lo que era la psicoterapia. Hubo un tiempo en que no existían “enfermedades mentales” ni tan siquiera “enfermedades”, la cólera de los dioses, de los creadores, castigaba las culpas de los hombres con sus dolencias, e incluso su muerte cumplía la finalidad que la naturaleza y los dioses le habían señalado.

Más aún, cómo es posible que gente de otras culturas y otros tiempos hayan pasado su vida sin oír hablar, por ejemplo, de la depresión, mientras que en la actualidad los psicólogos y psiquiatras detectamos depresiones en todos los rincones, incluso en niños, y que por ejemplo, y son datos que ofrece Gergen, 6 millones

de americanos necesiten Prozac (Gergen, 1994, p. 414). Depresión, condición mental, tratamiento y cura no son representaciones de lo real. ¿Qué son entonces?

Quizás uno de los conceptos que mejor recoge este enfoque social es el de *síndrome vinculado a la cultura* de Hughes y Simmonds (en Owen, 1992, p. 394). Es decir, éste se refiere a un síndrome específico psicológico y psicosomático que existe sólo en un cierto lugar, en un momento determinado y para ciertas personas. Son síndromes de este tipo que demuestran que la psicopatología es un acontecimiento social: el patrón de personalidad tipo A, los trastornos psicosomáticos en general, las enfermedades mentales, la obesidad, la agorafobia, la anorexia nerviosa, y exhibicionismo (ausente en Japón, pero muy común en Hong Kong).

En un interesante trabajo de Al-Issa (1992) se revisa la influencia de la cultura árabe, argelina concretamente, en la personalidad anormal, y se ofrecen numerosos ejemplos que avalan esta hipótesis. Por ejemplo, el trastorno obsesivo-compulsivo o *Waswás* está asociado en los países musulmanes con el ritual religioso de la ablución y de la oración. No se ve como una enfermedad que puede ser tratada, sino que en su lugar se la considera como una tentación del diablo dirigida a distraer a la persona de llevar a cabo sus deberes religiosos y, por tanto, no se le presta la atención debida.

La eyaculación precoz no se la considera como una disfunción sexual, sino como un signo de “hiper” virilidad. Los trastornos del estado de ánimo son muy escasos, en comparación con los síntomas somáticos, puesto que en Argelia, al igual que en otros países árabes los pacientes evitan expresar un estado depresivo a causa del aprendizaje cultural al que se ven sometidos desde niños y por el que aprenden que la expresión pública de los sentimientos es algo vergonzoso.

EL PACIENTE EN LA SOCIEDAD POSTMODERNA

Cuando hablamos del significado como algo social, lingüístico, de construcción, de la imposibilidad de aferrarnos a verdades absolutas, etc., estamos planteando una modificación de los roles terapéuticos.

Mientras que en la modernidad, el paciente se ve como un ente pasivo que recibe lo que el terapeuta -como experto- tiene que ofrecerle, en la época postmoderna cobra fuerza la imagen del paciente no como algo pasivo sino como un sujeto, que habla de tú a tú con el otro sujeto -el terapeuta. Volveremos sobre esta idea al analizar la figura del terapeuta. Por ahora, preguntémosnos cómo es esta persona que se presenta ante nosotros, los terapeutas, con un estatus propio.

La postmodernidad entiende que el ser humano, con su identidad, o el concepto de persona individual no existen (Gergen, 1991). Mientras que en épocas anteriores a ésta había una diferencia entre el YO y el OTRO, ahora el OTRO SOMOS TODOS.

Como plantea Ibáñez (1993) cualquier teoría psicológica ha asumido, desde siempre, la idea de que la persona mantenía un cierto tipo de integración interna. Es

decir, a pesar de las épocas del conductismo más radical, la psicología y la sociedad en general, seguían manteniendo no sólo una cierta consistencia de la conducta, sino también la posibilidad de la existencia de un YO que integrase tanto las conductas como los procesos psicológicos de una persona determinada.

Es indudable, como señala Gergen (1991) que los medios masivos de comunicación, en los cuales se incluyen las nuevas tecnologías -fax, e-mail, etc.- llevan a que el hombre esté en un constante proceso de interacción social que no sólo le quita tiempo sino también espacio para su propia identidad. También es normal que ante esta situación, la persona entre en un estado de “multifrenia”, e incluso que su YO se convierta en una serie de fragmentos que resulta imposible integrar o unir. Para la postmodernidad el Yo está colonizado y se define por las relaciones que mantiene con los otros.

La colonización del Yo

Lo que se plantea en la postmodernidad es que un individuo que creía poseer una identidad coherente (“mismidad” de su Yo) se encuentra impulsado por motivaciones contrarias. Estaba más o menos seguro de cómo era, y sin embargo aflora a la superficie otra forma de ser, manifestada como una opinión intempestiva, o por la imaginación, o en un cambio repentino de sus intereses o en una actividad particular. Es decir, sufre una *colonización del yo*, que se ve, a la vez, facilitada por las tecnologías de la saturación social que nos exponen -de forma relacional- a una enorme variedad de personas, otras formas de relación, circunstancias y oportunidades únicas en su género, e insospechadas intensidades de sentimiento (Gergen, 1991). En nuestra sociedad no paramos de incorporar información del medio que nos rodea, y al quedar expuestos a otras personas, cambiamos en dos sentidos: aumenta nuestra capacidad de saber *acerca de* y aumenta nuestra capacidad de *saber cómo*. Sabemos todo sobre todo, cuando miramos alrededor sabemos, por la vestimenta, etc., quienes son y a que clase social pertenecen, leemos libros que nos dicen COMO resolver nuestros problemas. A este paso nos aproximamos a un estado de tedio. A medida que avanza la saturación social, acabamos por convertirnos en pastiches, en imitaciones baratas de los demás (Gergen, 1991).

Encendemos la televisión, por ejemplo, y vemos un video de un cantante como Prince, el cual sabe mucho de cambios de identidad, cambiamos de canal y nos encontramos con un adulto que lo imita ante la satisfecha mirada de su esposa que por lo visto, preferiría estar casada con el tal Prince. Sin capacidad de soportarlo cambiamos de canal y nos topamos con un niño que debería estar descubriendo su “identidad” pero que parece que lo hace mejor siendo Prince, de nuevo, todo ello, ante la mirada emocionada de sus padres. Ante la inútil sensación de demandarlos por abuso de menores, y el reconocimiento de ir contra corriente en todo caso, apagamos la televisión.

Del yo a la relación personal

En el modernismo, el individuo era semejante a una entidad aislada y maquina: confiable, previsible y auténtica. Pero hay muchas voces que se alzan en la actualidad para definir al yo. ¿Es la persona un “mero ser biológico”, “una estructura de rasgos de personalidad”, “un agente racional”? Con tantas voces antagónicas, se pierde la realidad de “la persona” más allá de esas voces (Gergen, 1991).

En los ejemplos que vamos a citar, procedentes de nuestra cultura, podemos apreciar una nueva actitud cultural hacia el yo individual. En cada uno de estos casos se pone en tela de juicio -con curiosidad, deleite y hasta dureza- la definición de los límites.

Por ejemplo, cualquiera que lo necesite puede reemplazar y sustituir cualquier parte de su cuerpo (una córnea, corazón, riñón, etc.) o cambiarla a voluntad. Recientemente hemos sabido por la prensa que las mujeres suecas (y también españolas) con el gen BRCA1, que supuestamente causa el cáncer de mama, se amputan ambos pechos para evitar desarrollar la enfermedad.

En definitiva, los adjetivos que califican al yo postmoderno son (Ibáñez, 1993, p. 365): inconsistente, inestable, fragmentado, saturado, societal y diluido

El yo postmoderno carece de unicidad, y presenta creencias como las siguientes (en Seoane y Garzón, 1989):

- * posibilidad de elecciones máximas, bajo una mínima autoridad: la sociedad debe facilitar el mayor número de elecciones personales, de estilos de vida, estimulando las necesidades personales y renunciando a las figuras de autoridad y al uso de la violencia.
- * individualismo ahistórico: creencia en el presente individual, no colectivo; independencia de los antepasados, de los contemporáneos y los descendientes.
- * fatalismo histórico y personal: la Historia no se construye libre y racionalmente, el hombre no controla por completo sus acciones, ni es dueño por completo de sus motivos y metas.
- * narcicismo: placer de mirar y exhibir el propio cuerpo, junto con el deseo de ser adulado y de no demorar las gratificaciones.
- * consumismo cultural y personal: consumo de cultura, de diversión; miedo a envejecer, agotándolo todo en el presente.
- * egocentrismo emocional: conseguir una independencia afectiva, no comprometida y más preocupada por uno mismo que por los demás.

Así pues, según Ibáñez (1990) la nueva persona que se presenta ante el terapeuta no es un ser consistente -presupuesto básico para que exista la personalidad- ni tampoco estable -cambiar o morir parece ser uno de los leitmotiv de los tiempos actuales- sino más bien un individuo que, consciente de su falta de importancia colectiva, ni tan siquiera sabe narrar lo que le pasa. La narrativa actual

del Yo se centra en sus acciones no en una conciencia de Sí mismo, acciones en las que tanto el Yo como los otros son agentes; más aún el propio Yo se define en función de las acciones de los otros para con uno, de modo que el lenguaje que predomina es aquel en el que se utiliza el «mi». Las «quejas» que narra el sujeto se deben principalmente a la falta de gratificaciones que el «mi» obtiene de sus contactos con el mundo (ver Ibáñez, 1990).

Veamos como ejemplo la historia de una paciente, que traté recientemente, cuya «queja» consistía en su incapacidad para poner orden en su vida, para ser feliz. Casada muy joven, con 5 hijos mayores, llevaba 2 años “separada” de su marido (aunque no hubieran firmado papeles y vivieran puerta con puerta). De sus 5 hijos, el mayor no “existía”, un 2º vivía por libre, un 3º con su padre; y los otros dos (un chico y una chica) con ella. Aunque a veces se invertían y los chicos, no la chica, cambiaban de casa. Su marido y el hijo que con él vivía disponían de llave y entraban en su casa, siempre que querían para coger lo que necesitaran.

Como es lógico, luchaba continuamente por su felicidad e independencia: quería ser libre, hacer lo que nunca hizo, pero sabía que “todo era inútil”, ya que al no hacerlo en su momento ya no tenía sentido lograrlo o hacerlo (“fatalismo histórico y personal”).

Quería ser independiente, olvidarse de todos, cambiar de ciudad -”individua- lismo ahistórico”, pero su conciencia se lo impedía, añadido al hecho de que no le veía sentido a que pudiera hacerlo, la paralizaba (“fatalismo histórico y personal”). Estaba hundida por el hecho de tener más de 50 años, y “ser una vieja”, veía como su cuerpo se “deformaba” (“narcicismo”) y quería hacerse la cirugía (“consumismo”), pero no tenía dinero, necesitaba plantillas y eso la obligaba a cambiar su estilo de zapatos, y la horrorizaba ir calzada como una vieja -”narcicismo”. No quería vivir con sus hijos, quería que fueran independientes para no tener que preocuparse de ellos, y evitar lo mucho que la limitaban -”egocentrismo emocional”.

Es decir, quería hacer cosas, pero ¿para qué?, quería a su familia, pero estaba harta de ellos. Podía cambiar de lugar, pero no lo hacía. Consideraba a su marido un ser débil, inconsistente y egoísta, pero seguía aferrada a él. Qué identidad tenía: era “madre”, pero no lo era, porque tenía sentimientos ambivalentes respecto a sus hijos, que por otra parte, “pasaban” de la ayuda de la madre, con lo cual ella no “ejercía” como madre. No era “esposa”, ni “divorciada”, no era “persona” porque sus ideales y metas no los había logrado, no era “fuerte”, ni “valiente” porque se cortaba en conseguir sus metas. Se veía, inconsistente, inestable, fragmentada, etc.

Es difícil situar a la cliente en una de las taxonomías tradicionales; no he hablado de síntomas, pero eran, en determinados momentos, los muy tradicionales de la “distimia”. Este es sólo un ejemplo de posibles pacientes, que podremos tratar si tenemos en cuenta una serie de cosas. Es decir, es hora de hablar ya del terapeuta en la sociedad postmoderna.

EL TERAPEUTA EN LA SOCIEDAD POSTMODERNA

Tradicionalmente se asume (Gergen y Kaye, 1992) que las teorías terapéuticas contienen supuestos explícitos sobre:

- 1.- la causa o la base de la patología
- 2.- sitúan esta causa en los clientes o en sus relaciones
- 3.- los medios para diagnosticar tales problemas
- 4.- los medios para eliminarlos

Desde esta perspectiva el terapeuta siempre ha entrado en terapia como un experto, el que domina estos 4 puntos anteriores, poniendo en marcha un ritual donde él es el fuerte y el cliente, por contraposición es el débil. Lo que no podemos dudar es que esto funciona, o ha funcionado, pero también que presenta problemas y desventajas (Gergen y Kaye, 1992) ante este nuevo ser que se presenta ante nosotros:

- 1.- tendencias patologizantes de la profesión
- 2.- es criticable su conocimiento sobre la patología y la cura
- 3.- nunca se pone en duda o se amenaza el estatus del terapeuta. La narrativa del cliente es reemplazada por otra que ya está determinada antes de que éste entre en terapia. Y no olvidemos que las terapias tienen tendencias hegemónicas, puesto que aunque se produzcan modificaciones, no se modifican sus planteamientos centrales, es decir, su epistemología de base.
- 4.- la narrativa del terapeuta es una formalización abstracta, separada de las circunstancias particulares, culturales e históricas.

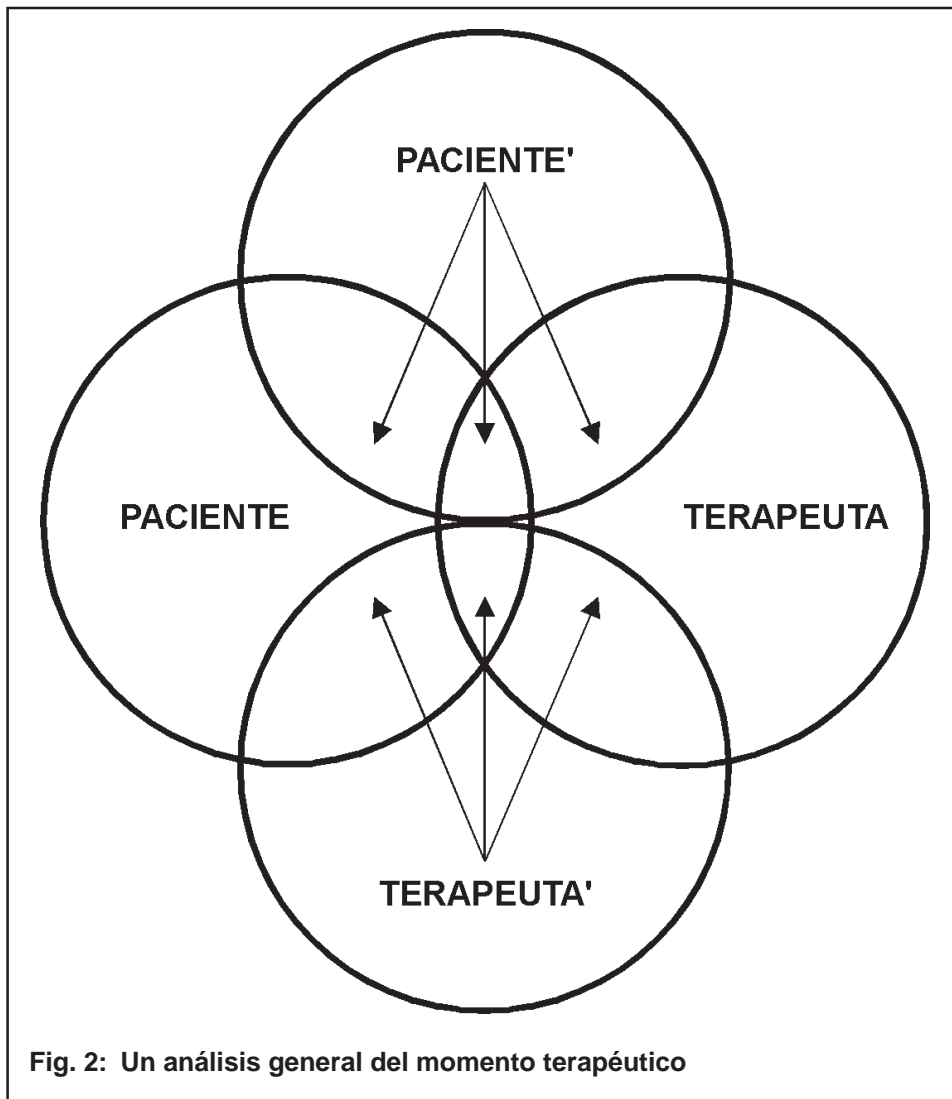
La sociedad postmoderna, por contra, socava la noción modernista de autoridad y la hace llegar al campo terapéutico. En este mundo que construimos, social y continuamente, nadie es experto en nada, se nos dice, y menos los terapeutas, que no viven lo que vive un cliente.

Esta idea de que el terapeuta no es el experto, tal y como se creía cuando surgió la psicoterapia, es quizá una de las más destacadas de la psicoterapia postmoderna, que convive, no lo olvidemos, con otros modelos donde el terapeuta sí que es considerado un experto.

Los terapeutas se relacionan con los clientes en base a sus explicaciones (justificaciones) teóricas que están llenas de sesgos, errores, dudas, no se discuten, ni se cuestionan, ni se presta atención a las críticas (Owen, 1992). Como afirma Owen (1992) el fallo de muchas formas de terapia es la carencia de crítica sobre las acciones de los terapeutas en los clientes. Es curioso que el terapeuta no se de cuenta de sus teorías, cuando eso es precisamente lo que le está pidiendo al cliente, que las reconozca y las modifique.

En terapia no existen descripciones más exactas o más precisas (Fruggeri, 1992). Las descripciones de los terapeutas están vinculadas a sus mapas, y ven lo que sus puntos de vista les permiten ver tal y como queda reflejado en la figura 2. Paciente y terapeuta están en terapia con sus mundos de supuestos, teorías, etc. (T

y C), del cuál usan una parte según circunstancias e intenciones (T' y C') de lo que queda o es conocido una parte muy pequeña.



De todas maneras, el terapeuta tiene un papel en el proceso terapéutico, y no es por nada, una relativa autoridad. ¿Quién le da, entonces, permiso al científico para hablar, de dónde toma su relativa autoridad? (Gergen y Kaye, 1992).

A la larga, creo que todo se convierte en un problema de actitud, ya que no podemos negarnos a nosotros mismos, pero sí matizar nuestro papel. Esta actitud se concreta, en primer lugar, en admitir la importancia de la narrativa científica, pero

sin convertirla en una verdad absoluta, sino más bien en un marco constitutivo que invita a ciertas acciones, mientras que nos aconseja olvidarnos de otras. En segundo lugar, y como la historia y la evolución del concepto de salud mental y de sus abordajes terapéuticos nos ha enseñado y nos recuerda constantemente, las representaciones científicas son productos de la comunidad de científicos, que negocian, compiten, conspiran los unos contra los otros, etc. Es decir, no olvidemos como elemento clave de esta actitud que estamos defendiendo que el *conocimiento es un producto social*.

¿Qué precauciones debe seguir el terapeuta en este contexto? (Gergen y Kaye, 1992):

- 1.- plantear la narrativa como un modelo interno, una forma de historia que puede ser interrogada por el individuo como una guía para la identidad y la acción.
- 2.- entender que nosotros estamos implicados en *juegos de lenguaje*, y que como tal,
- 3.- las narrativas tendrán utilidad dentro de los confines de un juego o de una danza particular. Es decir, nuestro yo terapéutico es un yo relacional
- 4.- la cuestión básica, entonces, no es la negociación de un nuevo significado entre terapeuta y cliente, sino cómo esa nueva forma de significado tiene utilidad, es viable, fuera de la sesión de terapia.

Cómo se plantea entonces la psicoterapia en la sociedad postmoderna.

PSICOTERAPIA Y POSTMODERNIDAD

Los supuestos tácitos que están implícitos en una epistemología de la práctica son siguiendo a Polkinghorne (1992) cuatro:

- 1) **AUSENCIA DE BASE:** No existe una base epistemológica en la que basar la verdad indudable de los enunciados de conocimiento. Vivimos en una máquina de realidad virtual que está creada por el maquillaje biológico, los supuestos culturales y nuestros juegos de lenguaje. La experiencia no se ve como la base para un conocimiento seguro, sino como un depósito de construcciones previas. Luego no existe una base que nos permita construir un conocimiento seguro e inviolable.
- 2) **FRAGMENTARIEDAD:** Un cuerpo de conocimiento consiste en fragmentos de comprensión, no en un sistema de enunciados integrados lógicamente. Lo real no es un sistema único, integrado, no es un sistema estático que subyace al flujo de la experiencia, sino que en sí mismo está en un proceso en continuo cambio. Conocemos partes pequeñas de este proceso.
- 3) **CONSTRUCTIVISMO:** el conocimiento es una construcción construida sobre esquemas cognitivos e interacciones encarnada en el ambiente. La experiencia humana consiste en interpretaciones significativas de lo "real."

4) NEOPRAGMATISMO: la prueba de un enunciado de conocimiento está en su utilidad pragmática para lograr una tarea, no en su derivación de un grupo aprobado de reglas metodológicas. La meta es entender el COMO, es decir, el tipo de conocimiento esencial para nosotros es aquel que nos dice cómo producir los resultados terapéuticos beneficiosos. Ya que se asume el principio de la *equifinalidad*, en el que se defiende que resultados paralelos se producen por medios diferentes.

LA FORMACION DEL TERAPEUTA POSTMODERNO

Como salida a estas críticas, en la postmodernidad se defiende una epistemología de la formación profesional que cierre la brecha entre la investigación basada en el conocimiento formal, y los procesos de conocimiento implícitos en la práctica, y que permita a los que practican la psicoterapia contribuir a sustentar el conocimiento en nuestra profesión (Hoshmand y Polkinghorne, 1992).

Se busca, entre otras cosas (Hoshmand y Polkinghorne, 1992):

- 1.- Alentar la investigación basada en el descubrimiento.
- 2.- Asumir que la investigación dedicada a comprobar teorías es sólo una aproximación más al conocimiento, pero no la única. Es decir, la investigación académica no es la única fuente de conocimiento.
- 3.- La comprobación de nuestro conocimiento debe ser de tipo pragmático, no lógico. Es decir, la cuestión es si nos sirve para guiar la acción humana, para conseguir metas. Recordemos el principio del neopragmatismo.
- 4.- La praxis es una actividad teórico-práctica en la que ni la investigación teórica, ni la práctica por sí misma, pueden ser viables la una sin la otra.

En definitiva, debemos entrenar a los futuros terapeutas en una práctica que ya no es la mera aplicación de los descubrimientos científicos, sino el escenario para el desarrollo del conocimiento a través de procesos prácticos de razonamiento y de la comprobación pragmática de lo que afirmemos. Un clínico experto evalúa constantemente el ajuste entre el conocimiento científico y las exigencias de la práctica. A través del ensayo y el error, los sistemas construidos se modifican, a medida que una nueva comprensión produce mejores resultados que otra anterior (Hoshmand y Polkinghorne, 1992).

CONCLUSION

Nuestra práctica psicoterapéutica es una parte pequeña, fragmentada, de varios mundos, con sus valores, culturas, conceptos explicativos, etc. Asumir todo esto puede dar una cierta tranquilidad, alentarnos, a pesar de las dificultades y limitaciones, con nuestros compromisos.

Llevamos mucho sobre nuestras espaldas, pero ¿tenemos escape? No creo que nos perdamos, ni nos agobiamos, siempre y cuando, sabiendo mirar a nuestro alrededor, asumamos la multiplicidad, la construcción, los juegos que no podemos

dejar de jugar.

La actitud que deberíamos adoptar se podría definir, según Eco (en Vidal, 1995), como la de un hombre que ama a una mujer muy sofisticada y no puede decirle “te amo locamente”, porque él sabe que ella sabe (y que ella sabe que él sabe) que estas palabras han sido escritas por Corín Tellado. Es decir, que no son originales, y la única solución es volver a la Historia parodiándola. La única solución es decir: “Como Corín Tellado diría, te amo locamente”, con lo cual ha evitado la falsa inocencia y se ha dicho que ya no es posible hablar inocentemente. Si la mujer sigue el juego, habrá recibido una declaración de amor en toda regla y ambos habrán entrado en el juego con ironía. Entremos, o entendamos pues, el juego de la postmodernidad con ironía, con una cierta mirada.

Llamemos como llamemos a nuestra época, seguiremos viviendo, haciendo, etc. O, como dice Pessoa (1982, 53-54), narrando mucho mejor, lo que puede ser una honrosa conclusión:

“Damos comúnmente a nuestras ideas de lo desconocido el color de nuestras nociones de lo conocido: si llamamos a la muerte un sueño es porque parece un sueño por fuera; si llamamos a la muerte una nueva vida, es porque parece una cosa diferente de la vida. Con pequeños malentendidos con la realidad construimos las creencias y las esperanzas, y vivimos de las cortezas a las que llamamos panes, como los niños pobres que juegan a ser felices. Pero así es toda la vida; así, por lo menos, es ese sistema de vida particular al que, en general, se llama civilización. La civilización consiste en dar a algo un nombre que no le compete, y después soñar sobre el resultado. Y, realmente, el nombre falso y el sueño verdadero crean una nueva realidad. El objeto se vuelve realmente otro. Manufacturamos ideales.”

En este trabajo relacionamos la psicoterapia con la postmodernidad, partiendo de la respuesta que ésta ofrece a cuatro elementos clave: el lenguaje, la verdad, la importancia del contexto social y la marginalización del método. Veremos, siguiendo este discurso postmoderno, cuál puede ser su influencia en nuestra comprensión de la psicopatología, del paciente o cliente que se presenta ante nosotros, en cómo afecta todo ello a nuestro papel terapéutico y nuestro aprendizaje, para terminar esbozando cómo se entiende la psicoterapia postmoderna.

Nota Editorial: Este artículo es la transcripción de la conferencia presentada en Sevilla, Diciembre de 1995, II Jornadas de Personalidad, Psicoterapia y Procesos Cognitivos

Referencias bibliográficas

- BARLOW, D.A. (1981). On the relation of clinical research to clinical practice: Current issues, new directions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 49, 2, 147-155.
- AL-ISSA, I. (1992). La investigación psicológica en Argelia: Personalidad anormal. *Boletín de Psicología* 34, Marzo, 57-73.
- CARO, I. (1993). La identidad de la psicoterapia. En Caro, I. (ed.). *Psicoterapia e Investigación de Procesos*. Valencia: Promolibro. Colección de Psicología Teórica.
- CARO, I. (remitido para su publicación). A walk through time: What you should have read by now or will read soon about psychotherapy.
- CUSHMAN, P. (1992). Psychotherapy to 1992: A historically situated interpretation. En Freedheim, D.K. (Ed.), *History of psychotherapy*. Washington: APA.
- DE SHAZER, S. (1993). Creative misunderstanding. There is no escape from language. En Gilligan, S. y Price, R. (Eds.), *Therapeutic conversations*. Nueva York: Norton.
- FRUGGERI, L. (1992). Therapeutic process as the social construction of change. En McNamee, S. & Gergen, K.J. (Eds.), *Therapy as a social construction*. London: Sage.
- GERGEN, K.J. (1991). *The saturated self*. Nueva York: Basic Books.
- GERGEN, K.J. (1992). Toward a postmodern psychology. En Kvale, S. (Ed.), *Psychology and postmodernism*. London: Sage.
- GERGEN, K.J. (1994). Exploring the postmodern. Perils or potentials. *American Psychologist* 49, 5, 412-416.
- GERGEN, K.J. & KAYE, J. (1992). Beyond narrative in the negotiation of meaning. En McNamee, S. & Gergen, K.J. (Eds.), *Therapy as a social construction*. London: Sage.
- HOSHMAND, L.T. & POLKINGHORNE, D.E. (1992). Redefining the science-practice relationship and professional training. *American Psychologist* 47, 1, 55-66.
- IBÁÑEZ, E. (1990). Personalidad y cultura. *Boletín de Psicología* 29, 29-45.
- IBÁÑEZ, E. (1993). Bosquejo para el análisis de las relaciones entre personalidad y psicoterapia. En Caro, I. (Ed.), *Psicoterapia e Investigación de Procesos*. Valencia: Promolibro. Colección de Psicología Teórica.
- MAHONEY, M.J. (1994). Desarrollos y direcciones en psicología y psicoterapia. *Boletín de Psicología* 43, Junio.
- MAHONEY, M.J. (1995). The modern psychotherapist and the future of psychotherapy. En Bongar, B. & Beutler, L. E. (Eds.), *Comprehensive textbook of psychotherapy*. Nueva York: Oxford University Press.
- OWEN, I. R. (1992). Applying social constructionism to psychotherapy. *Counselling Psychology Quarterly*, Vol. 5, 4, 385-402.
- PINILLOS, J.L. (1994). El segundo frente de la Psicología Científica. *Papeles del Colegio*, Epoca III, nº59.
- PESSOA, F. (1982). *El libro del desasosiego*. Barcelona: Seix Barral. (Edición de 1993).
- POLKINGHORNE, D.E. (1992). Postmodern epistemology of practice. En Kvale, S. (Ed.), *Psychology and postmodernism*. London: Sage.
- ROBINSON, D.N. (1985). Science, psychology, and explanation: Synonyms and Antonyms. En Koch, S. & Leary, D.E. (Eds.), *A century of psychology as science*. Nueva York: McGraw-Hill.
- SEOANE, J. (1993). Las viejas creencias de la sociedad post. *Psicothema*, 5, Suplemento. 169-180.
- SEOANE, J.-GARZÓN, A. (1989). Creencias sociales contemporáneas. *Boletín de Psicología*, Marzo, Nº22.
- VIDAL, M^a.C. (1995). La posmodernidad (o el después que nunca tuvo un antes). En "Y después del postmodernismo, ¿qué?" UIMP, Valencia, del 13 al 17 de noviembre.