

CIEN AÑOS DE PSICOTERAPIA: ¿EL PORVENIR DE UNA ILUSIÓN O UN PORVENIR ILUSORIO?

Luis Botella y Sara Figueras

Facultad de Psicología y Pedagogía Blanquerna, Universidad Ramon Llull, Barcelona

This paper addresses the challenges that psychotherapy faces in the context of the so called postmodern condition, after one hundred years in the history of psychotherapy. A brief review of the main psychotherapeutic approaches is presented from a cultural and stylistic viewpoint. An attempt to elucidate the definition of the term postmodern is discussed, together with a warning against the potentially ambivalent effects of advocating some forms of postmodern psychotherapy. Finally, from a more affirmative position, a sketch of what could be the main postmodern challenges for psychotherapy is presented.

Al cumplirse cien años de la publicación de los trabajos de Freud considerados como la obra fundacional de la psicoterapia en cuanto que disciplina científica y aplicada, parece un buen momento para detenerse, mirar al pasado, y reflexionar sobre el futuro. La finalidad de este artículo es, precisamente, llevar a cabo este tipo de *revisión vital* enmarcándola en un contexto cultural más que en un pretendido discurso neutral centrado en investigaciones empíricas y resultados sobre la eficacia o el proceso psicoterapéutico. Si bien reconocemos que ambos discursos (el cultural y el empírico) son igualmente necesarios, hemos elegido centrarnos en el primero de ellos por razones exclusivamente de relevancia personal. En último término; ¿hay otra manera de justificar una elección?

ENFOQUES PSICOTERAPÉUTICOS Y ESTILOS LITERARIOS: BREVISIMA HISTORIA DE LA PSICOTERAPIA

La forma tradicional de presentar y evaluar los diferentes enfoques psicoterapéuticos se ha centrado en sus aspectos formales y teóricos, tales como conceptos básicos, estructura de la personalidad, visión de la psicopatología o concepción del cambio terapéutico. Dicha presentación está implícitamente influida por las denominadas *ciencias duras* (por ejemplo la física) y fomenta la visión

de los modelos psicoterapéuticos como si se tratase de verdades fundamentales sobre el ser humano, aisladas de su entorno cultural y socio-político. Irónicamente, las propias ciencias duras así como la filosofía de la ciencia hace tiempo que reconocen la influencia del contexto cultural sobre sus teorías (véase, por ejemplo, el ya clásico trabajo de Kuhn, 1970, o los planteamientos aún más radicales de Feyerabend, 1976).

Una forma alternativa de abordar tales enfoques es desde el punto de vista estilístico; es decir, ¿en qué tipo de corriente filosófica, literaria y cultural pueden enmarcarse cada una de las grandes corrientes psicoterapéuticas? ¿Cuál es el *zeitgeist* que, explícita o tácitamente están revelando? Por supuesto, la pregunta puede parecer superficial o caprichosa a quien considere que las teorías de la psicoterapia son productos contrastados, científicos y empíricamente validados en lugar de construcciones discursivas y narrativas destinadas a dar sentido a la experiencia propia y ajena.

Siguiendo el planteamiento de Gergen (1991), los principales modelos psicoterapéuticos podrían contemplarse desde la perspectiva de tres corrientes culturales principales de las que serían a la vez un reflejo y un elemento contribuyente. Por supuesto, tal división es producto de la mente de quien la establece, y no una característica intrínseca de los modelos en sí. Afirmar lo contrario sería, de nuevo, ir en contra de la perspectiva constructivista que inspira este trabajo.

Nuestro interés en este apartado no es en absoluto abordar con detalle la historia de la psicoterapia (véase Feixas y Miró, 1993, para un excelente trabajo en este sentido), sino construir una brevísima narrativa histórica que nos lleve con más o menos fluidez y elegancia desde su origen hasta el presente; desde el romanticismo original del psicoanálisis hasta la pretendida posmodernidad del constructivismo; desde el porvenir de una ilusión hasta un porvenir quizá ilusorio.

En primer lugar, Gergen (1991) se refiere a los modelos psicológicos en general—y psicoterapéuticos en particular—que reflejan una visión *romántica* de la persona y de la existencia. En dichos modelos es frecuente el uso de conceptos de difícil concreción empírica, inspirados por la idea Bergsoniana de un *élan vital* o tendencia innata y trascendente encaminada a la consecución de una finalidad existencial. Son modelos que enfatizan aspectos inconscientes, innatos o esenciales del ser humano, dando primacía a todo aquello que consideran teleológico. Los ejemplos clásicos de modelos románticos en psicoterapia son el psicoanálisis y las terapias humanistas.

Las terapias humanistas se insertan en una visión trascendente, e incluso a veces cuasi-religiosa de la persona (por ejemplo, la logoterapia de Frankl, 1985). Conceptos tales como la tendencia innata y esencial hacia el crecimiento, el desarrollo personal o la autoactualización reflejan este énfasis romántico en todo aquello que no es directamente observable y que, desde esta concepción, forma parte inextricable del hecho humano. El psicoanálisis freudiano en su planteamiento

to original comparte esta visión trascendente de la persona, si bien el tipo de conceptos que utiliza enfatiza más bien sus aspectos oscuros, conflictivos y contradictorios. La mente humana se concibe como el escenario de luchas sin tregua entre fuerzas opuestas, y el drama de la vida psíquica adquiere tonalidades dantescas, independientes en último término de la realidad externa. Los conceptos psicoanalíticos acaban por apartarse tanto del sentido común que en ocasiones (por ejemplo, la obra de Lacan) resulta difícil para el no-iniciado ver la conexión entre teoría y experiencia cotidiana. Con todo, el interés inicial de Freud por demostrar (o justificar) la científicidad del psicoanálisis lo convierte en un híbrido entre los modelos románticos y los *modernistas*.

Los modelos modernistas o racionalistas implican un cambio radical (prácticamente un cambio de polo) respecto a los románticos. La sensación (justificada o no) de inutilidad pragmática y empírica generada en ciertos ámbitos por el énfasis psicoanalítico en lo intrapsíquico dio lugar históricamente a un interés en una refundación de la psicología y la psicoterapia. Dicha refundación debía basarse en principios opuestos a los anteriores y de acuerdo con el espíritu de la época. Ya no interesaba lo trascendente y esencial sino lo observable, contrastable y empíricamente verificable. Si la psicología (y la psicoterapia) aspiraban a ser una ciencia, debían reflejarse en las ciencias duras tradicionales: especialmente en la física. La ironía, una vez más, es que la física en la que se inspiraban los modelos psicológicos racionalistas de los años 50-60 (conductismo y terapias cognitivo-racionalistas) era el modelo newtoniano, cuestionado ya en ese momento por los modelos teóricos contemporáneos (por ejemplo la física cuántica o relativista).

El intento de aplicar tales modelos psicoterapéuticos racionalistas (especialmente el conductista) de forma ortodoxa ha llevado históricamente a una reducción al absurdo basada en la inoperancia clínica, teórica y epistemológica de negar los procesos psicológicos superiores inobservables. Tal como afirmó William James, cuando la psicología descartó la mente, perdió la cabeza. Del intento de escapar a dicha reducción al absurdo proceden los modelos cognitivo-conductuales que, sin embargo, conservan algunos de los sesgos epistemológicos de los modelos conductuales que les dieron lugar.

En último término, quizá el avance cultural más importante de los últimos años de la breve historia de la psicoterapia sea la creciente popularidad de lo que Gergen (1991) denomina visiones *posmodernas* del *self*, que en nuestra opinión (véase Botella, 1995) se corresponden a las terapias sistémicas y constructivistas/construccionistas. Es precisamente en estos modelos en los que se centra nuestro trabajo, y por ello les dedicamos una atención más detallada en lo que resta de este artículo. Las preguntas básicas que nos guían son: (a) qué es la posmodernidad como condición contemporánea, hasta qué punto puede ser definida y qué efectos ha causado en la concepción tradicional del *self*; (b) qué influencia ha tenido, tiene y está llamada a tener sobre las psicoterapias en general y sobre las terapias

constructivistas en particular y (c) cuáles son los beneficios y riesgos de tal “matrimonio de conveniencia” entre posmodernidad y constructivismo, es decir, qué escenario futuro configura una psicoterapia posmoderna.

A nuestro entender, esta reflexión es útil y necesaria de cara a dilucidar hacia dónde nos encaminamos como psicólogos y psicoterapeutas. Dado el énfasis posmoderno en el relativismo y la deconstrucción, podemos estar contribuyendo inadvertida y alegremente a un dismantelamiento de aquello que más nos define como profesión y disciplina científica. Si bien tal finalidad puede no ser indeseable en sí misma (sino sólo desde cierto punto de vista interesado en mantener las relaciones de autoridad, poder y estatus terapeuta/paciente) creemos que vale la pena actuar con plena conciencia de lo que hacemos. En último término es la planificación y anticipación de nuestros actos lo que nos define como seres proactivos.

LAS INQUIETUDES DEL PENSAMIENTO POSMODERNO

De la ambigüedad que puede desprender cualquier discurso introductorio a la posmodernidad, surge la necesidad de distinguir y aclarar los distintos usos del término *posmoderno*. Como propuso uno de nosotros en un trabajo anterior (Botella, 1995), se pueden discernir tres usos de dicho término, discutidos también por Kvale (1992a): posmodernidad, posmodernismo y pensamiento posmoderno. El primero, *posmodernidad* hace referencia a las condiciones sociales e históricas de la etapa posmoderna; el segundo, *posmodernismo*, a las expresiones culturales en la etapa posmoderna; y el tercero, *pensamiento posmoderno*, al discurso filosófico y científico de dicha etapa. La utilidad de discernir los tres usos del término (si bien no son completamente independientes entre sí) procede de nuestro intento de no incrementar la creciente confusión al respecto, dado que habitualmente se utilizan de forma intercambiable.

La naturaleza de la posmodernidad ha sido tratada a nivel divulgativo en *best-sellers* tales como *Reality isn't what it used to be* (Anderson, 1990), o *Powershift* (Toffler, 1990). Según este último, el poder en las sociedades occidentales contemporáneas ha derivado de la recompensa económica o el uso de la violencia represiva a la producción y consumo de conocimiento. El paso de una economía industrial “de chimeneas” a una economía post-industrial “super simbólica” (Toffler, 1990, p. 10) es el correlato de un proceso general de descentralización y deconstrucción—no sólo en política y economía, sino en la ciencia, la filosofía y las artes. Así, la posmodernidad abandona la búsqueda ilustrada de una Verdad sobre la que erigir sistemas de creencias incuestionables (Toulmin, 1990). El relativismo implícito en el abandono posmoderno de los ideales de la Ilustración se ha equiparado a la incredulidad (Lyotard, 1993), ambivalencia (Bauman, 1993), y descreimiento (Anderson, 1990).

Según O'Hara y Anderson (1991, p. 20), la conciencia posmoderna ha surgido

del “efecto acumulativo del pluralismo, la libertad religiosa, el consumismo, la movilidad, y el acceso creciente a la información y el ocio”. Como consecuencia de esta creciente conciencia global, se hace cada vez más difícil negar que existen diferentes visiones del mundo, y no queda claro por qué la propia debería ser la mejor. Por otra parte, la desaparición de la frontera entre realidad y ficción llega a ser un hecho habitual en los informativos de televisión y los *reality shows*, y el advenimiento de la realidad virtual (curioso oxímoron posmoderno) y las tecnologías de la saturación social (Internet, redes multimedia, telefonía móvil...) acabará disolviendo las pocas distinciones que se mantienen entre hecho y ficción (Gergen, 1991). Así, no sólo es innegable que hay múltiples visiones del mundo, sino también que ninguna se basa en un acceso privilegiado a la realidad (sea lo que sea lo que signifique *realidad*).

La posmodernidad no constituye un periodo histórico concreto, ni una tendencia con características bien definidas (Heller y Fehér, 1989); se trata más bien, de una “condición” (Lyotard, 1993) una conciencia cada vez más extendida y generalizada de desencanto ante nociones como razón, historia, progreso y emancipación que durante la Ilustración habían dirigido firmemente a la humanidad hacia un fin (Mardones, 1994).

La complejidad que conlleva la caracterización de la posmodernidad es el resultado directo que se deriva de esta situación. La dificultad no sólo parte de la novedad que supone el término posmodernidad, o la condición que pretende explicar (Urdanibia, 1994), sino también de los distintos diagnósticos a los que se ha sometido esta nueva situación. Desde esta perspectiva, algunos autores han identificado y evaluado la posmodernidad de maneras muy diversas. Mientras algunos la entienden como una continuación de la modernidad, apelando al carácter inacabado del proyecto moderno (por ejemplo Habermas), otros la entienden como una segunda modernidad (por ejemplo Vattimo). Así, los autores más radicales, inspirados en *La Estructura de las Revoluciones Científicas* (Kuhn, 1970), entienden la posmodernidad como una rotura radical con el antiguo paradigma de la modernidad. No se trata de un abandono del proyecto de las luces o de una época nueva, sino de una conciencia de que el proyecto de la modernidad está liquidado (Lyotard, 1993). Es el nacimiento de un nuevo *zeitgeist*.

A la distinción terminológica lejos del consenso, hemos de sumarle el equívoco que supone la partícula “post” en los usos del término posmoderno (Urdanibia, 1994). La partícula “post”, significa “después”. Esto nos puede llevar a pensar en una temporalización histórica, un “después de la modernidad” en el sentido más lineal. Sin embargo, esta idea no corresponde en absoluto al sentido histórico de la posmodernidad (volveremos a este tema más tarde). Aun aceptando dicho supuesto, deberíamos plantearnos si, para empezar, seríamos capaces de consensuar qué es la modernidad.

Según todo lo dicho hasta este punto, del origen del término no se deduce otra

cosa que el origen complejo del discurso acerca la posmodernidad. Después de todo lo expuesto, no resulta extraño que Eco (1984) en sus apostillas al *Nombre de la Rosa* afirme que desgraciadamente ‘posmoderno’ es un término que sirve para cualquier cosa. Elemento por elemento, va constituyéndose una sintomatología difusa de la naturaleza caótica de la posmodernidad.

Vistas las dificultades que se nos presentan al intentar caracterizar la posmodernidad o la condición posmoderna, quizás sería más afortunado y útil preguntarnos cuáles son las inquietudes que nos crea vivir inmersos en dicha condición (Heller y Fehér, 1989). Pero antes de intentar perfilar estas inquietudes deberíamos analizar los orígenes de esta nueva condición posmoderna. ¿Por qué entran en crisis las grandes nociones y narrativas?, ¿qué es lo que ha provocado un cambio de *zeitgeist*?, ¿qué ha cambiado en el mundo o en nosotros mismos?

En este sentido, la mayoría de autores coincide en atribuir un papel determinante al desarrollo de los *mass media* en el surgimiento de una sociedad posmoderna (Vattimo, 1989), especialmente por lo que comportan en cuanto que tecnologías de la saturación social (Gergen, 1991). Ante el impacto de las innovaciones de los medios de comunicación el *self* no queda neutro, pasivo. Todo este despliegue tecnológico tiene consecuencias psicológicas; el *self* se encuentra de forma inextricable frente a situaciones, imágenes e informaciones completamente nuevas y potencialmente infinitas que tiene que asumir e interiorizar. Según Gergen (1991), el incremento de estimulación social a la que estamos expuestos cada uno de nosotros (y la sociedad en general) es tan exagerado que se produce un estado de *saturación social*. Nuestro sentido familiar de *self* llega a estar tan superpoblado de roles sociales (a veces no directamente compatibles) que se llega inevitablemente a un estado de fragmentación. El *self* integrado, coherente y consistente al que aspiran las terapias humanistas no deja de ser un sueño (o una pesadilla totalitaria) desde la perspectiva de la posmodernidad. En resumen, los efectos de la posmodernidad podrían equipararse a una saturación social debida a un exceso de estimulación por parte de los medios de comunicación.

Vattimo (1989), en la misma línea que Gergen (1991) analiza las consecuencias de las revoluciones tecnológicas de nuestro siglo para buscar el origen de la posmodernidad. Los medios de comunicación de masas se han convertido en componentes de una explosión y multiplicación generalizada de *Weltanschauungen*, de visiones del mundo ya no sólo referidas a las distintas culturas del planeta, sino también a las múltiples subculturas dentro de una misma cultura. Se facilita la liberación de las diversidades, de los “dialectos” (Vattimo, 1989). Culturas y minorías se hacen públicas, encuentran su turno para hablar, exponen su perspectiva ante la perplejidad y “extrañamiento” (Vattimo, 1989) de los que viven en una cultura mayoritaria. Con ello, llega el principio de su reconocimiento. Como afirma Villegas (1992a):

A quinientos años de los viajes transoceánicos de los navegantes españoles

y portugueses, que marcaron el inicio de la era moderna y la aparición de los grandes imperios, la tierra vuelve a ser un mosaico de culturas, lenguas y creencias, de múltiples discursos que pugnan por ser oídos en un contexto de multidiversidad (p. 6).

¿Qué es lo que cambia en la sociedad con esta nueva situación de multi-exposición de perspectivas suscitada por las tecnologías de la saturación social? Ante dicha situación la sociedad no se caracteriza por ser más transparente, más consciente de sí misma, más iluminada, sino por una mayor complejidad e incluso caos, al contrario de lo que preveía Adorno en su *Dialéctica de la Ilustración*, cuando creyó ver en la radio y posteriormente en la televisión un efecto homologador general (Vattimo, 1989).

Recogiendo lo antedicho sobre el proceso de saturación social y la sociedad caótica (como resultado de la multiplicación exagerada de distintas visiones del mundo), no resulta atrevido deducir que se ha producido un cambio en las características del *self* y, por lo tanto, un cambio en las características de una sociedad super-estimulada (Anderson, 1990; Gergen, 1991). Este *self* posmoderno tiene unas características totalmente distintas a las del sólido *self* de la modernidad. El *self* compacto, capaz de descubrir las verdades del mundo a través de la razón y gracias a la aplicación del método científico, que tiene como máximo defensor a Descartes con su “pienso luego existo”, queda diluido y constituido en la posmodernidad por un conjunto de roles en constante construcción y reconstrucción, en un “me comunico luego existo” (Gergen, 1994). Es precisamente de este estado de construcción y reconstrucción continua de donde surge la sensación de transitoriedad, desorden y caos como un estado aceptable y necesario dentro de la posmodernidad. Esta situación de caos entra en contradicción con el afán y necesidad de orden, de control y de equilibrio impulsados por Newton, exponente de la metáfora mecanicista del siglo XVII.

Es aquí cuando empiezan a surgir las inquietudes de los que vivimos en la posmodernidad. La realidad ya no parece ser constante y objetiva, sino producto de una construcción social guiada por unas coordenadas temporales y espaciales desde donde interpretamos cada realidad. Esta realidad o, mejor, estas realidades socialmente construidas están formadas por un conglomerado de imágenes, vivencias e interpretaciones que nos predisponen a un estado constante de construcción y reconstrucción. La verdad, por lo tanto, no deja de ser una forma de ficción. Como apunta Vattimo (1989):

La intensificación de las posibilidades de información sobre la realidad en sus más diversos aspectos vuelve cada vez menos concebible la idea misma de una realidad. Quizá se cumple en el mundo de los mass media una “profecía” de Nietzsche: el mundo verdadero, al final, se convierte en fábula (p. 81).

La dicotomía realidad *versus* ficción se disuelve. Todo se convierte en ficción,

pero este hecho no debería suponer ningún trauma para un constructivista, al menos si analizamos la raíz etimológica de ficción que deriva del latín *facere*, es decir, hacer, construir.

La crisis de la Realidad conlleva la crisis del Ideal, de lo Universal. Esa verdad que tenía que guiar a la humanidad, tan anhelada y perseguida por los empiristas del siglo XVIII y XIX, que habían creído encontrar en el método científico el camino más válido y fiable hacia el esclarecimiento de las leyes que regían el universo ordenado de Newton, queda configurada a partir de ahora de manera muy diferente. La verdad parece ser una cuestión de perspectivas, y éstas productos de intercambios y consensos sociales, es decir, construidas en los sistemas de comunicación social (Gergen, 1991).

Paralelamente se empieza a dudar de la confianza, quizás exagerada e idealizada, en las posibilidades que se le habían otorgado a la razón en los siglos XVIII, XIX y principios del XX. Durante la modernidad primaba la suposición básica de la emancipación y progreso a través de la razón y de la ciencia. El progreso era entendido en un sentido acumulativo; como acumulación de saber y de tecnología. Pero pronto se observa que una mayor acumulación de conocimiento no implica necesariamente que el ser humano sea más sabio.

Frente las inquietudes anteriores, surge la reflexión y la crisis sobre uno de los pilares de la modernidad: la legitimación. Este vacío legitimizante nos devuelve la esperanza en la recuperación del sujeto, que la modernidad había olvidado en favor de la razón. La crítica a la legitimación es fundamental en la cultura posmoderna. Con la pérdida de los sistemas generales de legitimación, los grandes metarrelatos que justificaban y contenían en ellos mismos un poder legitimante, universal y necesario, ya no justifican las acciones por un sistema mayor o por la idea de progreso. Así, se recupera el sujeto como último ser responsable de sus acciones morales, negándole la comodidad y seguridad que suponían un Bien y un Mal universales. Paradójicamente, el relativismo posmoderno conduce directamente a poner en primer plano la ética de la acción y del discurso. Tras la expulsión del paraíso epistemológico de la modernidad, el ser humano se enfrenta a la necesidad de justificar sus acciones en sus propios términos, y no mediante el recurso a sistemas supuestamente trascendentes. Esta necesidad, como afirma Ibáñez (1992):

... nos aleja de la pretensión de poder emitir el discurso de la Verdad. Esto nos vuelve a situar como “simplemente humanos” y puede dañar la autoestima de quienes desean ser tan absolutos como los Dioses. Es sin duda un paso costoso (p. 27).

Puede que nuestro propio discurso resulte incoherente; con seguridad lo es desde la perspectiva de la modernidad. En nuestra opinión, tener las ideas claras desde el caos de la posmodernidad resulta una tarea complicada y hasta cierto punto innecesaria. Puede que, después de todo, nuestro discurso sea coherente con la

posmodernidad. En cualquier caso, la inquietud que nos guía a partir de aquí es la de cómo contribuirá dicha condición al futuro de la psicoterapia “cien años después”, teniendo en cuenta que en estos cien años se ha producido algo más similar a un salto cuántico que a un desarrollo ordenado y previsible.

POSMODERNIDAD Y PSICOTERAPIA: MATRIMONIO DE CONVENIENCIA O AMISTADES PELIGROSAS?

La principal dificultad de subsumir la psicoterapia en general y el constructivismo en particular bajo el rótulo posmoderno -aparte de la propia ambigüedad del término- procede de lo que consideramos implicaciones indeseables de la pérdida posmoderna de la fe en una realidad cognoscible. Mientras que el constructivismo representa un avance frente al relativismo, al aceptar ciertos valores epistémicos (subjetivos), algunos enfoques posmodernos se encallan en el nihilismo final de la celebración del descreimiento. El relativismo radical acaba llevando a la desvinculación y a una especie de parálisis epistémica, dado que toda afirmación o pretensión de conocimiento se considera autocontradictoria. Así, enfoques posmodernos como la deconstrucción acaban cayendo en su propia trampa y “se encuentran en la postura de afirmar (y desear) aquello que ellos mismos afirman que es imposible de obtener” (Natoli y Hutcheon, 1993, p. 200). La traducción de estos callejones posmodernos sin salida a la psicoterapia puede fácilmente dejar al psicoterapeuta frente a la incapacidad de relacionarse significativamente con sus clientes. Después de todo, ¿cuál es la utilidad de la psicoterapia si una construcción de la realidad es tan buena como cualquier otra? De aquí que, en último término, una psicoterapia posmoderna (*versus* una psicoterapia propia de la posmodernidad) pudiera llegar a configurar un porvenir ilusorio, una práctica imposible o, peor aún, una forma de control social e ideológico.

Antes de la popularización general del término “posmoderno”, Perry (1970) advirtió que, en el desarrollo intelectual que se da en el paso de la adolescencia a la edad adulta, el relativismo tiene un efecto paralizante a menos que se supere por lo que él denominó “compromiso”, definido como:

Una afirmación de valores u opciones personales en el relativismo. Un acto consciente de realización de la identidad y responsabilidad. Un proceso de orientación del self en un mundo relativo (Perry, 1970, p. 258).

La noción de compromiso de Perry es especialmente relevante en este contexto, dado que el compromiso se contempla como un avance frente al relativismo. En nuestra opinión, el compromiso tal como lo define Perry es un elemento esencial de las terapias constructivistas. Este es el mismo punto que elaboran Efran y Clarfield (1992) cuando afirman que:

En nuestra interpretación, el enfoque constructivista insiste en que (1) todos tenemos preferencias personales, (2) la gente tiene derecho a expresar tales preferencias, y (3) dichas elecciones no deben “disfrazar-

se” como verdades o realidades objetivas. Para nosotros, una “verdad” es un conjunto de opiniones ampliamente compartidas (p. 201).

Efran y Clarfield (1992) se lamentan de que algunas nociones constructivistas (particularmente a partir del trabajo de Maturana y Varela) han sido malinterpretadas por los psicoterapeutas posmodernos como una invitación a una mentalidad del “todo vale”. Por ejemplo, Maturana y Varela (1987) argumentan que la “interacción instructiva” es un mito del observador, dado que los cambios viables en cualquier cliente vienen determinados por su organización y estructura. Esto no implica, sin embargo, que la psicoterapia sea una tarea imposible. Efran y Clarfield (1992) destacan acertadamente que, dado que los clientes están estructurados de forma similar y comparten comunalidades en su lenguaje y herencia, necesariamente habrá puntos de intersección en sus experiencias. El hecho de que el constructivismo radical no implica una mentalidad de “todo vale” es evidente en la metáfora de Maturana y Varela (1987) de la “odisea epistemológica” como una travesía entre Scilla (la roca del dogma) y Caribdis (el remolino del solipsismo) -metáfora ilustrativa de todas las teorías constructivistas y de los riesgos de naufragar en el paso de la modernidad a la posmodernidad.

Si bien alinearse con una definición indiscriminada del pensamiento posmoderno puede llevar a la psicoterapia a un porvenir realmente ilusorio, esto no es así si se adopta una definición más restrictiva del término, tal como la que propone Polkinghorne (1992). Su definición difiere del relativismo radical habitual al incluir criterios neopragmáticos para escoger entre diferentes afirmaciones. La definición de pensamiento posmoderno de Polkinghorne (1992) incluye cuatro puntos básicos: (a) ausencia de fundamentos, (b) fragmentariedad, (c) constructivismo, y (d) neopragmatismo.

La *ausencia de fundamentos* según Polkinghorne (1992) se refiere a la noción de que los seres humanos no tenemos acceso directo a la realidad, sino sólo a los productos de nuestras construcciones. Así, el conocimiento humano es inevitablemente especulativo, dado que carecemos de fundamento epistemológico en el que basarlo. La *fragmentariedad* se refiere al énfasis posmoderno en lo local y situado, en lugar de en lo general y totalizador. El *constructivismo*, tal como Polkinghorne utiliza el término, está ligado a la ausencia de fundamentos y se refiere a la noción de que el conocimiento humano no es un reflejo de la realidad, sino una construcción erigida a partir de los procesos cognitivos, emocionales y corporales de interacción con el mundo. Polkinghorne advierte que los tres puntos citados hasta aquí generan una epistemología relativista. Hasta este punto es posible afirmar que ningún discurso puede ser privilegiado, pero esta postura nos deja incapaces de actuar en el mundo, de tomar decisiones, de adoptar posturas personales.

Es en este punto donde Polkinghorne (1992) introduce el cuarto elemento de su definición, el *neopragmatismo*. Según él, la cuestión fundamental no es si una proposición es cierta o falsa (es decir, si es una representación precisa de la

realidad), sino si aceptarla *como si* fuera cierta conduce al resultado anticipado. El conocimiento neopragmático se basa en la utilidad predictiva de una determinada proposición. El vínculo entre el neopragmatismo y el pragmatismo americano original (especialmente en la versión de William James) es obvio; James equiparó la verdad con la *satisfactoriedad*, y ésta con la utilidad predictiva (véase Suckiel, 1982). Sin embargo, el neopragmatismo difiere del pragmatismo original en el sentido que este último mantenía la creencia en la posibilidad de acumular el conocimiento y progresar hasta alcanzar un estado final. Tal proposición resultaría incompatible con el énfasis posmoderno en la ausencia de fundamento, la fragmentariedad y el constructivismo.

Vista desde la perspectiva neopragmática, la multiplicidad de modelos psicoterapéuticos no resulta tan inquietante, pues ante la “paradoja” de la equivalencia de resultados (véase Feixas y Miró, 1993) la elección de uno u otro es más una cuestión de compromiso entendido en el sentido de Perry (1970) que de descartar los que no son “correctos”, “verdaderos” o “científicos”. En cualquier caso, el compromiso con un modelo determinado no debería convertirse en una fe ciega, cosa incomprensible desde la crisis posmoderna de las grandes metanarrativas, sino en una especie de escalera de Wittgenstein que permitiese avanzar personalmente hacia un punto de mayor desarrollo a la vez que se hace evolucionar al modelo en un proceso dialéctico y recursivo (dicho proceso parece avalado por el interés crecientes en la integración en psicoterapia; véase Feixas y Miró, 1993).

Hasta aquí nuestra advertencia cautelosa ante la tendencia a adoptar acríticamente la etiqueta “posmoderna” aplicada a determinadas formas de psicoterapia. En lo que sigue, y como conclusión, intentaremos dilucidar qué cambios positivos (lejos ya del porvenir ilusorio al que nos referíamos inicialmente) podría comportar la importación de aquellos aspectos más funcionales de la posmodernidad para esta psicoterapia “cien años después” en la que nos vemos inmersos.

HACIA UNA PSICOTERAPIA DE LA POSMODERNIDAD

En nuestra opinión, expresada anteriormente en otros trabajos (Botella, 1995), la condición posmoderna influirá en el futuro de la psicoterapia al menos en tres ámbitos relacionados: el conocimiento psicoterapéutico, la práctica psicoterapéutica, y la investigación en psicoterapia.

El conocimiento psicoterapéutico

Como discutíamos en una sección anterior, el conocimiento psicológico según el pensamiento posmoderno debería variar de la búsqueda moderna de leyes abstractas y no contextuales a un conocimiento local y relevante. El conocimiento psicoterapéutico debería ser relevante no sólo para la práctica, sino también para lo que Gergen (1992) denomina la construcción de nuevos mundos, es decir, la apertura de nuevas alternativas de pensamiento y acción, tanto social como

individualmente. La construcción de nuevos mundos lleva implícita una dimensión inevitablemente política y ética, dado que está relacionada con el compromiso entre el conocimiento y los valores morales. Mahoney (1991) advierte que cualquier intento de convertir el conocimiento científico en neutral es contradictorio, porque la neutralidad es en sí misma un valor. El constructivismo nos lleva a la conclusión de que “el conocimiento no puede separarse del proceso de conocer, y todo conocimiento se basa en procesos generados axiológicamente” (Mahoney, 1991, p. 451). Kelly (1977), como psicoterapeuta constructivista, abogó hace años en favor del compromiso como forma de conocimiento en términos que podrían parecer posmodernos si no fuese por el uso de lenguaje sexista (cosa que no representaba un problema en ese momento histórico):

Si un hombre, por ejemplo un psicólogo, se mantiene al margen de la aventura humana sólo verá lo que es visible desde fuera. Pero si se implica en ella se verá atrapado por las realidades de la existencia humana de una forma que nunca hubiese podido prever. Sentirá la fiebre de los acontecimientos. Verá, sentirá, se asustará, se excitará, y provocará temor, odio y amor (Kelly, 1977, p.11).

Un segundo ítem en la agenda de una psicoterapia de la posmodernidad en cuanto al conocimiento psicoterapéutico es la continuidad entre la psicoterapia más académica y fuentes de conocimiento relacionadas. Kvale (1992b) destaca que la antropología, las ciencias sociales, las artes y la crítica literaria aportan datos muy relevantes sobre la situación humana hoy en día—a veces incluso más relevantes que la propia psicología. Las psicoterapias constructivistas han sido tradicionalmente una fuerza de vanguardia en la construcción de puentes entre la psicología y otras disciplinas. Por ejemplo, los enfoques narrativos son cada vez más frecuentes entre los terapeutas constructivistas (véase Neimeyer y Mahoney, 1995).

La Práctica Psicoterapéutica

Los defensores de una psicología de la posmodernidad contemplan cada vez más la práctica psicológica como una fuente de conocimiento psicológico básico (por ejemplo, Kvale, 1992b; Polkinghorne, 1992). Por ejemplo, Polkinghorne (1992) considera el estudio de la práctica psicoterapéutica como una disciplina potencialmente posmoderna ya que, según él, la epistemología de la práctica está naturalmente informada por las características posmodernas de ausencia de fundamento, fragmentariedad, constructivismo y neopragmatismo.

Los investigadores constructivistas han demostrado un interés activo en la epistemología de la práctica. Por ejemplo, Mahoney y Craine (1991) estudiaron el proceso de cambio de creencias entre psicoterapeutas profesionales como resultado de su desarrollo.

En cualquier caso, la condición posmoderna con su énfasis en la deconstrucción del discurso y las prácticas basadas en el poder (véase, por ejemplo, Foucault, 1972)

obligará a los psicoterapeutas del futuro (y del presente) a una seria reflexión sobre la construcción de alternativas a las formas de terapia tradicionales basadas en epistemologías autoritarias. Tal reflexión ha sido ya iniciada en círculos constructivistas (véase, por ejemplo, Neimeyer y Mahoney, 1995), llegando a un estilo de relación terapéutica de experto a experto (Feixas y Villegas, 1990) mucho más próxima al ideal posmoderno de disolución del poder que las alternativas clásicas de relación terapéutica médico/enfermo o terapeuta-experto/paciente-aprendiz.

Investigación en Psicoterapia

El requerimiento de una aproximación más abierta a las metodologías de investigación es habitual entre los proponentes de una psicología posmoderna (véase Kvale, 1992a), así como entre un número creciente de académicos y profesionales. El paso de una concepción del conocimiento y la verdad moderna a otra posmoderna lleva a una reevaluación del papel de la investigación en psicoterapia. En términos posmodernos, la investigación no se ve como el descubrimiento de una realidad objetiva, sino como una co-construcción interactiva del tema investigado (Kvale, 1992b). Esta visión conversacional e interpretativa de la investigación requiere un enfoque multi-metodológico, que fomente el uso de metodologías cualitativas, hermenéuticas, fenomenológicas y narrativas.

En este sentido, Mahoney (1991) incluye como prioridad de investigación para el futuro de la psicoterapia una expansión de las metodologías tradicionales “de forma que incluyan medidas del cambio humano cualitativas y sensibles a los procesos” (p. 451). En un tono similar, Howard (1986, p. 172) aboga por el uso de metodologías cualitativas y “técnicas que preserven el significado de la acción para la persona (como opuestas a las técnicas que se focalizan en el constructo favorito del experimentador)” como ítem en una agenda para los próximos cien años de la investigación en psicología.

Los terapeutas constructivistas han liderado históricamente este proceso de ampliación de las metodologías de investigación. Por ejemplo, Viney (1987) propone un método de orientación mutua que recoge la llamada posmoderna a una co-construcción de los resultados de la investigación. También es cada vez más frecuente entre los psicoterapeutas de orientación constructivista la adopción de metodología cualitativas y hermenéuticas tales como el análisis narrativo (Viney, 1992), el análisis del discurso (Villegas, 1992b) u otras formas específicas de análisis, tales como el método de Feixas (1988) para el análisis de constructos personales extraídos de textos autobiográficos (véase Botella y Feixas, 1993, para un ejemplo).

CONCLUSIÓN

A modo de breve conclusión de nuestro trabajo quisiéramos simplemente destacar algunas de las ideas que nos parecen básicas de cara a la reflexión sobre el futuro de la psicoterapia.

En primer lugar, en estos cien años de historia (un período ínfimo si se contempla en el contexto de la historia de la cultura) se han producido algunos cambios lo suficientemente significativos como para que el panorama contemporáneo sea radicalmente diferente del original. En este sentido, se hace necesaria una revisión seria y rigurosa de la mayoría de postulados implícitos sobre los que se basaban los enfoques psicoterapéuticos clásicos, como por ejemplo la asunción de un modelo médico basado en la autoridad del terapeuta, o la concepción del trastorno mental como fenómeno más intrapsíquico que psicosocial. Desde nuestra perspectiva tales cambios cobran sentido en el contexto de un cambio cultural de amplio alcance; el paso de la modernidad a la posmodernidad. Somos conscientes, con todo, de que tal cambio no es aceptado consensuadamente, y de que la definición del término posmodernidad es tan difusa como el propio fenómeno que intenta definir.

Teniendo en cuenta lo antedicho, hemos pretendido llamar la atención sobre los posibles riesgos de intentar configurar una “psicoterapia posmoderna” (sea ésta constructivista o de cualquier otra orientación), especialmente por lo que se refiere al controvertido relativismo radical de algunas concepciones de la posmodernidad. En nuestra opinión resulta más funcional referirse a una psicoterapia de la posmodernidad, es decir, coherente y adecuada al entorno cultural en que nos movemos. Aún así, sin duda la posmodernidad plantea algunos retos nuevos y fundamentales en cuanto al conocimiento, la práctica y la investigación en psicoterapia que hemos querido esbozar.

La tarea que queda por delante es, posiblemente, mucho más ardua que la que nos ha llevado hasta estos cien años de psicoterapia. A pesar de estar “subidos en hombros de gigantes”, el suelo sobre el que se asentaban éstos aparece actualmente como mucho menos firme de lo que creíamos. Dependiendo del punto de vista del observador, esta perspectiva puede aparecer inmersa en una narrativa de crisis (de valores, de metodologías, epistemológica) o vivirse como uno de los momentos históricos que plantea retos más fundamentales y excitantes a terapeutas y académicos por igual. En último término, la narrativa que se adopte (crisis o crecimiento) configurará el futuro de la psicoterapia como un porvenir ilusorio o como el porvenir de una ilusión en su sentido más noble.

Este artículo aborda los retos que plantea la denominada condición posmoderna contemporánea a la psicoterapia como ámbito científico aplicado desde la perspectiva de sus cien años de historia. Tras una breve revisión de los principales modelos psicoterapéuticos desde una perspectiva estilística y sociocultural, se presenta un intento de definición del término posmodernidad así como una advertencia ante las posibles implicaciones ambivalentes que puede llegar a plantear la noción de una psicoterapia posmoderna. Finalmente, desde una perspectiva afirmativa, se ofrece un esbozo de lo que podrían ser los retos más significativos que la posmodernidad plantea a la psicoterapia vista desde sus cien años de historia como disciplina.

Referencias bibliográficas

- ANDERSON, W.T. (1990). *Reality isn't what it used to be*. San Francisco: Harper and Row.
- BAUMAN, Z., (1993). Postmodernity, or living with ambivalence. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 9-24). Albany, NY: State University of New York Press.
- BERTENS, H. (1993). The postmodern *weltanschauung* and its relation to modernism: An introductory survey. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 25-70). Albany, NY: State University of New York Press.
- BOTELLA, L. (1995). Personal Construct Psychology, constructivism, and postmodern thought. In R.A. Neimeyer and G.J. Neimeyer (Eds.), *Advances in Personal Construct Psychology (Vol. III)* (pp. 3-36). Greenwich, CN: JAI Press.
- BOTELLA, L., & FEIXAS, G. (1993). The autobiographical group: A tool for the reconstruction of past life experience with the aged. *International Journal of Aging and Human Development*, 4, 303-319.
- ECO, U. (1984). *El nombre de la rosa*. Barcelona: Lumen.
- EFRAN, J.S., & CLARFIELD, L.E. (1992). Constructionist therapy: Sense and nonsense. In S. McNamee & K.J. Gergen (Eds.), *Therapy as social construction* (pp. 200-217). London: Sage.
- FEIXAS, G. (1988). *L'anàlisi de construccions personals en textos de significació psicològica*. Tesis doctoral microfichada (n. 328). Barcelona: Publicacions Universitat de Barcelona.
- FEIXAS, G., Y MIRÓ, M.T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- FEIXAS, G., Y VILLEGAS, M. (1990). *Constructivismo y psicoterapia*. Barcelona: PPU.
- FEYERABEND, P.K. (1976). *Against method*. New York: Humanities Press.
- FOUCAULT, M. (1972). *The archaeology of knowledge*. New York: Pantheon.
- FRANKL, V. Logos, paradoja y búsqueda de significado. En M.J. Mahoney y A. Freeman (Eds.), *Cognición y psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- GERGEN, K.J. (1991). *The saturated self*. New York: Basic Books.
- GERGEN, K.J. (1992). Toward a postmodern psychology. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 17-30). London: Sage.
- GERGEN, K.J. (1994). *Realities and relationships*. Cambridge, MS: Harvard University Press.
- HELLER, A., Y FEHÉR, F. (1989). *Políticas de la posmodernidad*. Barcelona: Península.
- HOWARD, G.S. (1986). *Dare we develop a human science?* Notre Dame, IN: Academic Publications.
- IBÁÑEZ, T. (1992). ¿Cómo se puede no ser constructivista hoy en día? *Revista de Psicoterapia*, 12, 17-28.
- KELLY, G.A., (1977). The psychology of the unknown. In D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory* (pp. 1-20). London: Academic.
- KUHN, T.S. (1970). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University of Chicago Press.
- KVALE, S. (Ed.) (1992a). *Psychology and postmodernism*. London: Sage.
- KVALE, S. (1992b). Introduction: From the archaeology of the psyche to the architecture of cultural landscapes. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 2-16). London: Sage.
- LYOTARD, J.F. (1993). Excerpts from "the postmodern condition: A report on knowledge". In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 71-90). Albany, NY: State University of New York Press.

- LYOTARD, J.F. (1994). *La posmodernidad (explicada a los niños)*. Barcelona: Gedisa.
- MAHONEY, M.J. (1991). *Human change processes*. New York: Basic Books.
- MAHONEY, M.J., & CRAINE, M.H. (1991). The changing beliefs of psychotherapy experts. *Journal of Psychotherapy Integration*, 1, 207-222.
- MARDONES, J.M. (1994). El neo-conservadurismo de los posmodernos. En G. Vattimo (Ed.), *En torno a la posmodernidad* (pp. 21-40). Barcelona: Anthropos.
- MATURANA, H.R., & VARELA, F.J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: Shambhala.
- NATOLI, J., & HUTCHEON, L. (1993). Representing the postmodern. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.), *A postmodern reader* (pp. 193-202). Albany, NY: State University of New York Press.
- NEIMEYER, R.A., & MAHONEY, M.J. (1995). *Constructivism in psychotherapy*. Washington: APA.
- O'HARA, M., & ANDERSON, W.T. (1991, September/October). Welcome to the postmodern world. *Family Therapy Networker*, 19-25.
- PERRY, W.G. (1970). *Forms of intellectual and ethical development in the college years: A scheme*. New York: Rinehart & Winston.
- POLKINGHORNE, D.E. (1992). Postmodern epistemology of practice. In S. Kvale (Ed.), *Psychology and postmodernism* (pp. 146-165). London: Sage.
- SUCKIEL, E.K. (1982). *The pragmatic philosophy of William James*. Notre Dame, IN: University of Notre Dame Press.
- TOFFLER, A. (1990). *Powershift: Knowledge, wealth, and violence at the edge of the 21st century*. London: Bantam Press.
- TOULMIN, S. (1990). *Cosmopolis: The hidden agenda of modernity*. New York: The Free Press.
- URDANIBIA, I. (1994). Lo narrativo en la posmodernidad. En G. Vattimo (Ed.), *En torno a la posmodernidad* (pp. 41-75). Barcelona: Anthropos.
- VATTIMO, G. (1989). *La società trasparente*. Milano: Garzanti Editore.
- VENTURI, R., SCOTT BROWN, D., AND TZENOUR, D. (1972). *Learning from Las Vegas*. Cambridge, MA: MIT Press.
- VILLEGAS, M. (1992a). Hermenéutica y constructivismo en psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 12, 5-16.
- VILLEGAS, M. (1992b). Análisis del discurso terapéutico. *Revista de Psicoterapia*, 10-11, 23-65.
- VINEY, L.L. (1987). *Interpreting the interpreters: Towards a science of construing people*. Malabar, FL: Krieger.
- VINEY, L.L. (1992). Social science research in the 1990s: The contribution of constructivism. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 5, 295-306.(p. 10)