



Manuel Villegas

PROMETEO EN EL DIVÁN

Psicoterapia
del desarrollo moral

Herder

VILLEGAS, M. (2013).
PROMETEO EN EL DIVÁN.
PSICOTERAPIA DEL DESARROLLO MORAL.
BARCELONA: HERDER.

Sólo dos años después de su anterior libro *El error de Prometeo*, Manuel Villegas nos ofrece este que ahora comentamos con 691 páginas, detalle que en la época de SMS y Twitter, es una osadía. Pero no tiemble el lector, porque si mencionamos este dato es para contar que el autor tiene, además de muchas cosas que decir, un deseo firme de mostrar su manera de trabajar y enseñar cómo aplica el modelo de psicoterapia del desarrollo moral. Para lectores con ganas de conocer a fondo el proceso de cambio del paciente se ofrece además algo nuevo: un Anexo que puede ser consultado a través de una dirección electrónica de libre acceso de la Editorial sin ningún coste añadido. Así pues, en el libro encontramos las características esenciales de los ejemplos clínicos y, para quien quiera profundizar más, el acceso a estos anexos donde se pueden leer los documentos íntegramente.

El título, *Prometeo en el diván*, es doblemente significativo: *el diván* es un homenaje a S. Freud, que inauguró el valor terapéutico de la escucha y la palabra. Y *Prometeo* alude al mito griego. Esa mención al mito en el título de ambos libros no es ningún azar porque son los viejos y bellos mitos, los parientes primitivos de la ciencia, los que permiten integrar los dualismos de la vida: consciente/inconsciente, pasado/presente y lo individual y social del ser humano. Como recordará el lector, cuando Zeus intentó destruir a la humanidad con un gran diluvio, Prometeo sintió compasión e hizo cuando pudo por ayudar a los seres humanos, motivación que se supone acompaña al psicólogo. En realidad, los *Prometeos* de Villegas son dos volúmenes de una misma obra y su estima por los mitos es significativa. Sería interesante preguntarnos qué mitos importan en el mundo de hoy.

La arquitectura de este volumen está organizada en dos partes: la primera, titulada *procedimiento*, atiende a los diversos momentos del proceso y puede ser compartida por terapeutas de distintas orientaciones: la acogida del paciente, su discurso, qué estrategias se utilizan para promover cambios, cómo el paciente construye de su experiencia un nuevo significado y lo integra en su vida actual de una forma más libre y auténtica y el importantísimo capítulo del cierre de la terapia, con cartas reflexivas de personas que han vivido el tratamiento. La segunda parte, titulada *proceso*, analiza el trabajo terapéutico con los diversos sistemas de regulación moral, partiendo del supuesto de que las “psicopatologías” pueden entenderse cómo el resultado de déficits en el proceso evolutivo de formación de sistemas de regulación moral o como efecto de conflictos en la integración estructural de los mismos, y está dedicada al desarrollo de cambios en el paciente hasta llegar a la integración autónoma. En cada uno de sus respectivos capítulos hay abundancia de ejemplos clínicos y una descripción detallada de la evolución del sujeto.

Villegas, como décadas antes el independiente I.D.Suttie (1935) i después Th. Szasz (1961), forma parte del equipo cada vez más numeroso de autores *psy* que no consideran los problemas psicológicos como enfermedades, sino como *sufrimiento* y conflictos que limitan

la libertad. A lo sumo, piensan que se puede hablar de “enfermedades mentales” de manera metafórica. Por tanto, su psicoterapia tiene como objetivo que la persona alcance más autonomía y en vez de “paciente” sea “agente” de sus cambios. Su visión antropológica es que los seres humanos somos seres libres y por tanto responsables. Para él, la evolución psicológica es fruto de un proceso dialéctico entre las tendencias egoístas y altruistas. Son las crisis las que generan nuevas estructuras de regulación *moral* orientadas a ganar más autonomía psíquica.

Si en el libro anterior, el *error de Prometeo* fue no ver que el ser humano necesita una regulación social *interna* de los conflictos emocionales consigo mismo y los demás, en éste Prometeo está *en el diván* para volver a diseñar al ser humano no sólo técnicamente, sino dotándole ahora, de capacidad para desarrollar nuevas estructuras de regulación de sus tendencias egocéntricas a través de la consciencia moral. En el modelo de Villegas el “paciente” tiene un papel absolutamente activo y el terapeuta colabora e interviene para facilitar el proceso de cambio hacia una mayor autenticidad de la existencia, integrando las contradicciones, para alcanzar así más libertad.

Su concepción del bienestar psicológico se acerca a la que describió Jung con el nombre de “proceso de individuación”; también al “carácter productivo” de E.Fromm; o al concepto de “autorrealización” de Maslow y la meta de “funcionar plenamente” de Rogers. Esta amplitud de miras para integrar aportaciones de otros autores y otros modelos se observa en todo el texto de Villegas, como si hiciese suya aquella expresión de Ramón y Cajal: “*Sabemos poco y entre muchos*”, idea que vale la pena de llevar en el equipaje mental de cualquier científico, y más en el campo de la psicología, donde es mejor contar con conocimientos de diverso tipo porque la realidad es interdisciplinaria.

El ordenamiento expositivo tiene lógica ya que la parte del método la considera asumible para cualquier terapeuta con independencia de su opción teórica, mientras que la relativa al objeto o proceso, está directamente vinculada al modelo del *desarrollo moral*. Con abundante material clínico, estrategias, cartas, mitos, películas y cuadros didácticos el autor va exponiendo con claridad el laborioso proceso que requiere la integración autónoma, puesto que para Villegas la palabra “libertad” se encarna y tiene una dimensión psíquica que integra la capacidad de decidir, elegir y actuar que se desarrolla y se articula en relación a las interacciones con el mundo. Nos ayuda a pensar que así como cada ser humano sabe que sus huellas dactilares son únicas, crecer con autenticidad significa ser capaz de expresarse con voz propia y renunciar a ser eco de los demás.

Su estilo terapéutico está lejos de cualquier signo de dogmatismo. Por ejemplo, utiliza dos metáforas para explicar el proceso de cambio en psicoterapia: el caballo de Troya y las trompetas de Jericó, para considerar que *ambos* métodos pueden ser igualmente eficaces, aunque no siempre con las mismas personas, ni con los mismos problemas. Enfatiza el sufrimiento como motor de cambio y aliado inseparable de la psicoterapia, lo contrario del síntoma que sitúa al paciente en una posición pasiva. Su sensibilidad le hace considerar que a mayor atención respetuosa por parte del terapeuta, menor resistencia del paciente.

En definitiva, este nuevo libro que nos regala Manuel Villegas ayudará a reflexionar a cualquier lector interesado en el complejo y sensible camino de acompañar a una persona en su proceso terapéutico.

Recensión: Dra. Blanca Anguera