

LA “RESISTENCIA” EN LA PSICOLOGÍA DE LOS CONSTRUCTOS PERSONALES¹

Vicente Sánchez

Universidad Autónoma de Madrid, vsanchez@netvigator.com

Guillem Feixas

Universitat de Barcelona, gfeixas@psi.ub.es

In the first part of this paper the main general principles of Personal Construct Psychology are outlined. We highlight the view of humans as continuously construing meanings by checking them out through experience, and reconstructing them. This process of construing events, in which reality does not dictate to us its meaning, is organized according with the subject's sense of identity. This sense, although open to different courses of development, is not easily amenable to change. PCP vies resistance as a construction of the therapist when the client activates self-protecting mechanisms for his or her core structures, which prevent change to occur. It is suggested that this very same process allows for a better understanding of the subject's sense of identity which may enable the development of other ways of changing compatible with such a sense of identity.

Key words. Personal constructs, resistance, psychotherapy, identity, change.

0. INTRODUCCIÓN

G. A. Kelly concibió la Psicología de los Constructos Personales (PCP), dando origen a una obra del mismo nombre, editada en 1955. Creció en una familia presbiteriana, de profundos valores religiosos, que impregnan su obra. Estudió física y matemáticas, y posteriormente psicología. El paradigma E-R que era el dominante en ese momento, no pudo satisfacerle. Tampoco el psicoanálisis le llegó a convencer, no tanto por su pansexualismo, sino por su falta de rigor y su sintaxis arbitraria.

Kelly inicia un trabajo clínico ambulante tras obtener su doctorado en 1931, movido por su interés de ofrecer a las personas un marco que les haga posible un nuevo enfoque ante la vida. De la riqueza del trabajo de esos años emergió su obra, que presenta al ser humano como activo constructor de su mundo. La síntesis de su

teoría se expresa en un *postulado fundamental* y once corolarios que desarrollan diferentes aspectos del mismo: “Los procesos de una persona se canalizan psicológicamente por el modo en que anticipa los acontecimientos” (1955, p. 32).

El componente “motivacional” de la teoría, aparentemente poco considerado, es puesto de relieve por Kelly en el *corolario de elección*. La PCP no necesita acudir a nociones añadidas sobre la motivación humana, puesto que el ser humano es esencialmente movimiento:

“Debido al corolario de elección podemos reconstruir algunas cuestiones que la teoría motivacional y el hedonismo tienen dificultades en contestar. La teoría E-R requiere algunas asunciones para explicar por qué ciertas respuestas se relacionan con ciertos estímulos. En ciertas estructuras teóricas esto se arregla con teorías suplementarias acerca de la naturaleza de motivos o satisfacción de necesidades. Pero en nuestros supuestos no especificamos, ni implicamos, que una persona busque ‘placer’, que existan ciertas ‘necesidades’, que existan ‘recompensas’, o incluso que haya ‘satisfacciones’. En este sentido, nuestra teoría no es comercial. En nuestra manera de pensar, hay un continuo movimiento hacia la anticipación de los acontecimientos, más que negocios para satisfacciones temporales, y este movimiento es esencial para la propia vida humana.” (1955, p. 68).

Nos centraremos en el concepto que Kelly tiene del ser humano y sus implicaciones para el cambio y la eventual resistencia. Puesto que su obra se orientaba a la práctica psicoterapéutica, veremos cómo concibe la resistencia al cambio en psicoterapia.

LA PERSONA COMO FORMA DE MOVIMIENTO

Kelly (1966) decía que la persona es una forma de movimiento y no algo que ha de ser motivado. El movimiento es una propiedad esencial de su ser, no algo que acontece por separado. Con ello se distanciaba de los modelos dominantes, conductistas o psicoanalíticos que veían necesario acudir a conceptos añadidos como motivación, pulsión, impulso, *drive*, etc. para poder dar cuenta del funcionamiento humano. Como dice Kelly (1955): “La perspectiva de amplio alcance del hombre (sic) nos lleva a dirigir nuestra atención hacia esos factores que tienen que ver con su progreso, más que los que revelan sus impulsos...¿Qué ocurriría si tuviésemos que reabrir la cuestión de la motivación humana y usar nuestra perspectiva de largo alcance para inferir lo que ha establecido el rumbo de su esfuerzo? ¿Veríamos sus progresos de siglos en términos de apetitos, necesidades orgánicas o impulsos sexuales?” (p. 4-5).

Para Kelly, el ser humano está comprometido en el curso del vivir. Más que explicar el movimiento, lo que sería problemático sería dar cuenta de su ausencia. “En el universo hay algunas partes que tienen sentido incluso cuando no se ven en

la perspectiva temporal. Pero hay otras partes que hacen sentido solamente cuando se sitúan en una línea temporal. La vida es una de ellas.” (Kelly, 1955, p. 7). Esta forma de movimiento que es el ser humano y que constituye su actividad vital, se produce mediante una incesante actividad de relación con el mundo interno y externo, con su entorno. No tiene sentido concebir el ser humano como una mónada aislada, sino que el hombre está-en-el-mundo. Vivir es sentir, percibir, notar, experimentar. Y lo que se siente y se percibe es un fluir cambiante², un caleidoscopio de formas, de sensaciones, de experiencias, de impresiones. Ese caleidoscopio sería caótico si el ser humano no fuese activo constructor de su mundo.

1.1. La actividad constructiva

La reflexión epistemológica penetra la obra de Kelly, consciente de que nuestra manera de estar en el mundo viene dada por cómo lo conocemos (postulado fundamental). Su posición epistemológica está en franca oposición al empirismo, que postula que el ser humano es una *tabula rasa* donde se van registrando todas las sensaciones que irrumpen en la persona vía los sentidos. Para los empiristas el ser humano es pura pasividad que recibe el orden y la organización que está en el exterior.

El empirismo, que está presente en buena parte del quehacer psicológico, relega al ser humano a una especie de conejo de indias, condicionado por las contingencias de su medio. Kelly es constructivista, enraizando con la tradición kantiana que confiere un papel activo a la persona en el conocimiento. Sostiene que es la persona la que dota de significado a la estimulación que recibe del exterior. ¿Cómo ocurre este proceso?

“El hombre mira a su mundo a través de patrones transparentes o plantillas que crea y que intenta ajustar sobre las realidades del mundo. El ajuste no siempre es muy bueno. Pero sin tales patrones, el mundo sería tal homogeneidad indiferenciada que el hombre es incapaz de encontrarle sentido. Incluso un ajuste pobre es mejor que ninguno en absoluto”. (Kelly, 1955, p. 8).

“La construcción de dimensiones de discriminación implica la determinación de los límites temporales de la experiencia, es decir, la división del flujo de la experiencia en fragmentos manejables. En este sentido, la persona construye réplicas de los acontecimientos a base de dividirlos y trascender sus aspectos obvios para llegar a una abstracción.” (Botella y Feixas, 1998, p. 59).

Todo ello se refleja en el *corolario de construcción*: “La persona anticipa los acontecimientos construyendo sus réplicas.” (Kelly, 1955, p. 35). La manera que tenemos de construir un mundo con sentido es anticipando los sucesos mediante “réplicas³”, o patrones previos, fruto de nuestra experiencia anterior.

La noción de anticipación es clave en la PCP de Kelly. Para él, el ser humano

vive anticipando; es su manera de estar-en-el-mundo. Ciertamente una piedra no necesita anticipar, puesto que su modo de ser no implica sincronía con su mundo, pero el hombre sobrevive en la medida que anticipa (*postulado fundamental*). Esta anticipación sugiere un diálogo incesante entre el organismo vivo y el medio. La anticipación es una presunción de cómo son las cosas, que podrá funcionar o no. Anticipar significa reconocer, asimilar a lo ya conocido. La persona anticipa abstrayendo de la situación los aspectos comunes y trascendiendo lo obvio.

Es muy importante insistir en que la anticipación en la PCP no se refiere a la actividad consciente de imaginarse cómo será el futuro, sino, como dicen Botella y Feixas (1998, p. 59) “las dimensiones de significado de la persona, el sistema de construcción, cuya función principal, según Kelly, es anticipar los acontecimientos. Por esto, en Kelly, anticipación es sinónimo de estructura de significado desde la cual la persona construye los acontecimientos, los haya imaginado conscientemente o no.” La postura anticipatoria sitúa la PCP en oposición a otros enfoques psicológicos que contemplan la conducta humana como determinada por traumas pasados o por contingencias de reforzamiento presentes. La conducta no es concebida como la variable dependiente, que ha de ser explicada en virtud de otros factores. Por el contrario, son las construcciones personales las que son permanentemente remodeladas y reconstruidas en función de su experiencia. La conducta de la gente se concibe como una forma de poner a prueba sus creencias sobre el futuro, dentro de los límites que le imponen su comprensión actual. Como dicen Feixas y Villegas (1993):

“La conducta es fundamentalmente un experimento dirigido a la validación o invalidación de los constructos, y éstos rigen la anticipación de los acontecimientos. Una predicción que, sin embargo, no hay que concebir como infalible, sino llena de errores y aun de validaciones erróneas. El concepto de anticipación es la guía para la acción y está íntimamente relacionado con el mantenimiento del sistema y las posibilidades de cambio simultáneamente.” (p. 74).

Desde un punto de vista clínico, Neimeyer, (1987, p. 18) sugiere preguntarse “*qué predicción crucial está poniendo a prueba el cliente mediante su conducta, puesto que al intentar captar el significado anticipatorio de sus actos somos más capaces de ayudarlo como terapeutas a darse cuenta de cuándo sus predicciones rozan las profecías de autocumplimiento.*”

Como venimos diciendo, la persona anticipa los acontecimientos construyendo sus réplicas (*corolario de construcción*). Estas réplicas o constructos son resultado de la actividad del individuo; no son pasivamente recibidos. La persona es la responsable de sus constructos, que son las herramientas que le permiten interpretar el flujo de experiencia. Un constructo es, esencialmente, una diferencia; la abstracción de algo que permite, al mismo tiempo, integrar y separar. Aísla un acontecimiento particular de otros, y, simultáneamente, le agrupa con otros seme-

jantes. Los constructos son dimensiones bipolares de naturaleza abstracta, aunque no estrictamente cognitiva. Kelly se negó a aceptar la distinción de cognición y emoción, pues entendía que muchas de nuestras discriminaciones tienen lugar a un nivel incluso somático, como cuando nos ponemos nerviosos ante un acontecimiento. Muchas de estas construcciones pueden recibir una traducción verbal, con su correspondiente etiqueta, pero su carácter es previo a este proceso. De hecho, gran parte de nuestros constructos siguen siendo preverbales, o de difícil acceso a la consciencia.

La construcción es, por tanto, lo que la persona hace con lo que le ocurre. La experiencia tiene que ser elaborada, construida. Kelly sostiene que:

“La persona que meramente contempla cada acontecimiento puede experimentar una serie de sorpresas interesantes, pero si no hace un intento para descubrir los temas recurrentes, su experiencia no le sirve de mucho. Cuando la persona comienza a ver la ordenación en una secuencia de acontecimientos, es cuando empieza a experimentarlos. Construir es una manera de mirar a los acontecimientos que les hace aparecer regulares. Al construir los acontecimientos es posible anticiparlos. Para ser efectivo, el sistema de construcción debe tener alguna regularidad. La característica palpable de la regularidad es la repetición, no la simple repetición de acontecimientos idénticos -en sentido estricto eso negaría a la idea de tiempo su lugar legítimo en el esquema de las cosas- sino la repetición de alguna característica que pueda ser abstraída de cada suceso y mantenida intacta a través del espacio y el tiempo. Construir es escuchar el susurro de temas recurrentes en los acontecimientos que reverbera a nuestro alrededor.” (1955, p. 74-76).

2. LÍMITES EN EL MOVIMIENTO DEL SER HUMANO

Esta forma de actividad que es el ser humano puede ser capaz de romper las ataduras que mantienen sujetos a los seres evolutivamente inferiores. Sus condicionamientos no son los hechos que han ocurrido, sino la construcción que hace de los mismos. Kelly (1980) afirma que *“no es lo que el pasado ha hecho con el hombre lo que cuenta, sino lo que el hombre hace con su pasado... El hombre no está moldeado por los acontecimientos, cuanto por el significado que otorga a tales ruidos (sic). No es decir que uno es perfectamente libre para ignorar lo que ocurre. No lo es. Pero el hombre es siempre libre de reconstruir lo que no puede negar.”* (p. 22)

El ser humano es abierto, configurado por posibilidades, y con mucha más capacidad de cambio que los seres evolutivamente inferiores. Kelly (1955) quiere ofrecer un marco teórico y filosófico desde el que las personas puedan emprender la reconstrucción de su vida, de modo que no sea una víctima de su pasado. Este enfoque es el *alternativismo constructivo*, en franca oposición a cualquier forma de

realismo, como él mismo dice, “...puesto que insistimos en que la persona puede erigir sus acercamientos alternativos a la realidad, estamos fuera de la línea del *realismo tradicional*, que insiste en que él es siempre la víctima de las circunstancias” (1955, p. 17). El alternativismo constructivo “... considera al ser humano como alguien que contempla de forma idiosincrásica el flujo de acontecimientos de los que forma parte, con la finalidad de atribuirles significado para poder predecirlos y comprenderlos” (Botella y Feixas, 1998, p. 57). Esta perspectiva es coherente con la corriente fenomenológica y existencial. En palabras de Villegas y Feixas (1989):

“Como muchos existencialistas, Kelly piensa que el hombre es lo que hace y llega a conocer la naturaleza a través de la acción. A partir de sus experiencias, Kelly... formuló una teoría que coincide notablemente con algunos aspectos de las ideas de los filósofos existencialistas europeos, entre ellos Sartre. En la concepción existencialista de este último, ‘la existencia precede a la esencia’: no existe la naturaleza humana, sino que el hombre simplemente es y no es más que aquello que hace de sí mismo.” (p. 13).

El hombre es constructor de alternativas, creador de su propio futuro, aunque en modo alguno sus posibilidades son absolutas. Kelly es muy consciente de las limitaciones del cambio, lo cual constituye la otra cara de la moneda:

“El hombre, desde un punto de vista psicológico, hace de sí mismo un puente entre el pasado y el futuro en una forma que es única entre las criaturas. Desde un punto de vista psicológico, sus procesos son canalizados por los constructos personales que él erige en orden a ejecutar su función. Él organiza sus constructos dentro de un sistema personal que no es más consciente que inconsciente y no más intelectual que emocional. Este sistema del constructo personal le proporciona una libertad de decisión y pone unos límites a su acción: libertad, ya que le permite afrontar el significado de los acontecimientos, en lugar de ser arrastrado por los mismos, y limitación, ya que no puede hacer otras elecciones fuera del mundo de las alternativas que él ha erigido para sí mismo.” (1958, p. 35).

La libertad de construir alternativas y el determinismo que el propio sistema de constructos permite, (Kelly, 1955, p. 21) son las coordenadas en las que sitúa la actividad de construir significado de la persona humana.

3. EL DETERMINISMO DE LA CONSTRUCCIÓN

Kelly tiene una actitud de decidido optimismo ante el cambio humano y la reconstrucción de la propia experiencia. De hecho su enfoque psicológico se dirige a liberar a las personas de construcciones inviables, que les impiden un funcionamiento adecuado. Sin embargo, como venimos diciendo, Kelly es muy consciente

de que el cambio humano y la reconstrucción del significado es un proceso pautado, con límites:

“El pensamiento del hombre no es completamente fluido; es canalizado. Si quiere pensar acerca de algo debe seguir la red de canales que ha colocado ente él, y sólo al recombinar los viejos canales puede crear los nuevos. Estos canales estructuran su pensamiento y limitan su acceso a las ideas de otros. Vemos que estos canales existen en la forma de constructos.” (1955, p. 61).

Los límites del proceso de construcción tienen que ver con la estructura de estos “canales”, tal como señala Kelly en el *corolario de organización*: “Cada persona desarrolla característicamente, para su conveniencia en la anticipación de los acontecimientos, un sistema de construcción que implica relaciones ordinales entre constructos” (1955, p. 39). Las construcciones personales no están agrupadas aleatoriamente, sino conectadas mediante implicaciones. El hecho de que entre sí existan relaciones jerárquicas indica que en el rango de cada construcción se incluyen otras, que se denominan elementos. Esta configuración constituye un sistema, lo cual “implica la agrupación de elementos en los cuales las incompatibilidades y las inconsistencias han sido minimizadas. No desaparecen del todo, por supuesto. La sistematización ayuda a la persona a evitar hacer predicciones contradictorias” (Kelly, 1955, p. 57).

Este sistema se ordena para poder anticipar los acontecimientos, y ésta es su razón de ser: “Para nosotros no tiene sentido un sistema *qua sistema*. Debe ser un sistema *para algo*. Desde nuestro punto de vista, el sistema de construcción de una persona es para la anticipación de los acontecimientos. Si fuera para otra cosa, probablemente se configuraría de modo totalmente diferente” (Kelly, 1955, p. 67).

El hecho de que los elementos de un sistema están agrupados según una importancia diferencial, implica que algunos van a ser más resistentes al cambio que otros. Y puesto que entre ellos se establecen relaciones de implicación, el cambio en los constructos claramente inadecuados puede tener repercusiones más amplias a niveles superiores:

“Ahora ocurre que una persona debe ocasionalmente decidir qué hacer sobre si remodelar o no su sistema. Puede encontrar que el trabajo lleva mucho retraso. Cuánto puede modificar y tener todavía ‘un tejado sobre su cabeza’? ¿Serán muy conflictivas las nuevas ideas? ¿Se atreverá a poner en peligro el sistema con el fin de cambiar alguna de sus partes constituyentes? Este es el punto en el que debe elegir entre preservar la integridad del sistema y cambiar alguna de sus partes obviamente defectuosas. A veces su anticipación de los acontecimientos puede ser más eficaz si elige conservar el sistema. Es precisamente en este punto en el que el terapeuta puede encontrar resistente al paciente.” (Kelly, 1955, p. 58).

4. CAMBIO E IDENTIDAD

El sistema de constructos, que se ordena a la anticipación de los acontecimientos, busca progresivamente un mayor refinamiento que le permita dar cuenta de la complejidad de la experiencia. Esta actividad viene regulada por la tendencia del sistema a maximizar su capacidad predictiva o, en el peor de los casos, mantener a salvo de la invalidación los constructos más centrales. Es decir, la persona humana no es un dispositivo imparcial que registra los cambios y variaciones internas y externas. En la persona humana existe una direccionalidad en la construcción. Esta proyección temporal es su narrativa, que se va constituyendo a lo largo del ciclo vital. No se excluyen las fracturas y los vacíos, pero esta construcción tiene que poseer un mínimo de coherencia para que la persona pueda sentirse como viable.

Kelly (1955) se refiere a los constructos nucleares como “los que gobiernan los procesos de *mantenimiento* de la persona -es decir, aquellos por los que mantiene su identidad y su existencia.” (p. 482). La extraordinaria similitud del constructo nuclear con el concepto sartriano de proyecto existencial es puesta de relieve por Villegas y Feixas (1989) en cuanto que éste deviene “el eje que estructura el significado del propio mundo.” La capacidad anticipadora de los constructos se basa en su interrelación. La dimensión anticipadora es también determinante del proyecto existencial: Lo que le permite a la persona humana un sentido de continuidad temporal, es poder integrar todas sus experiencias dentro de una trama que las da coherencia⁴. En palabras de Villegas y Feixas (1989):

“El proyecto existencial sirve para configurar no sólo los acontecimientos inmediatos, sino el sentido de la existencia. Es el elemento que interrelaciona y unifica todos y cada uno de los acontecimientos particulares. Es la piedra angular que les da sentido... El proyecto existencial puede ser considerado como un meta constructo que la persona construye sobre sí misma y a través de la que percibe a la otra gente, los acontecimientos y los hechos. La existencia individual se halla presidida por el constructo central o proyecto existencial que unifica y da sentido a la existencia. Este es un postulado óptimo para no ser fragmentalista, al modo que Kelly le reprochaba a la ciencia.” (p.14).

Es importante resaltar que el proyecto existencial, o los constructos nucleares, son en su mayoría tácitos. Sería necesario un acto de reflexión por parte de la persona para hacerlos explícitos y conscientes. Se ubican en un nivel tan alto de abstracción y generalidad que, con frecuencia, no son fáciles de expresar en palabras por las personas que los llevan a cabo.

En resumen, los constructos nucleares, como el proyecto fundamental, son un patrón supraordenado de organización que dirige la conducta. Se forman en la primera infancia y se fortalecen a través de la selectividad en el filtrado de la experiencia. Tiene gran estabilidad, es decir, no cambian de momento a momento o de situación a situación, aunque no son necesariamente rígidos. Pueden recono-

cerse por su aparición repetida como tema en la historia de la vida e, incluso, en la conducta del individuo de cada día.

5. LA ELECCIÓN ENTRE ALTERNATIVAS

Kelly (1955) afirma que la actividad del ser humano está dirigida por su necesidad de construir un mundo con sentido, y no concibe a la persona como un ser motivado por impulsos oscuros e irracionales. Kelly (1958) sostiene que “el camino para comprender todas las cosas, incluso las divagaciones de un cliente esquizofrénico en regresión, es construirlas de forma que puedan ser predecibles.” (p. 37) Algunas personas, se hace eco Kelly (1958), consideran este intento como puro y simple racionalismo, pero esta actividad constructiva dista mucho de ser, en algunos casos, algo estrictamente lógico, plenamente consciente y universalmente validado. Es muy importante entender que la actividad constructiva no es sólo cognitiva, sino que también se realiza en la acción. Los constructos son como vías de sentido por los cuales puede circular la persona. En realidad, su conducta se ve determinada a los canales que despliega por delante de sí. De este modo su conducta pone a prueba sus construcciones. Como dice Kelly:

“No sólo está el sistema de construcciones de la persona compuesto de constructos dicotómicos sino que la persona construye su vida sobre una de las alternativas representada en cada una de las dicotomías. Esto quiere decir que coloca un valor relativo en los extremos de las dicotomías... Cuando uno hace una elección se implica a sí mismo en la selección. Incluso si la elección no es más que una hipótesis temporal explorada en el curso de la resolución de un problema matemático o al buscar un destornillador perdido, debe percibirse a sí mismo modificado por el curso de los acontecimientos. Alguna de sus elecciones pueden parecerle como grandes cambios de su vida; otras pueden no ser más que un impulso pasajero -la decisión de mirar a la derecha en vez de a la izquierda.” (1955, p. 65).

El corolario de elección afirma que “la persona escoge para sí misma aquella alternativa de un constructo dicotómico mediante la que anticipa una mayor posibilidad de extensión y definición de su sistema.” (Kelly, 1955, p. 45). Es decir, que a veces la persona opta por el riesgo, por la aventura y en estos casos extiende su sistema. En otros casos, la persona busca definirlo, para hacerlo más explícito y claro, con el sacrificio inevitable que significa para su extensión.

Una coincidencia notable entre la PCP y la psicología existencialista es el tema de la responsabilidad (Villegas y Feixas, 1989), precisamente porque la noción de constructo incluye el criterio de elección. La persona al construir, opta, y en este sentido es responsable del mundo por él construido. No nos referimos, evidentemente, a que todas las elecciones realizadas sean plenamente conscientes o verbalizables. Ya hemos hecho referencia al hecho de que nuestras construcciones

no son necesariamente cogniciones conscientes, sino que muchas de ellas se sitúan a niveles preverbales. Lo cual no les limita su carácter de otorgar sentido a la experiencia.

6. EXPERIENCIA Y CAMBIO

El sistema de constructos personales con el que las personas anticipamos el fluir de la experiencia se va progresivamente refinando a lo largo del curso vital. Kelly, en su metáfora del *hombre como científico* entiende que las personas se ven urgidas a dar sentido a los acontecimientos y esto supone la elaboración de nuevas teorías, el abandono de otras y la permanente remodelación del sistema para que pueda dar cuenta de la complejidad de la experiencia. Esto lo recoge Kelly en el *corolario de experiencia*: “El sistema de construcción de una persona varía a medida que construye las réplicas de los acontecimientos” (1955, p. 50).

La noción de teoría personal se refiere a que el ser humano, para poder anticipar adecuadamente su mundo establece predicciones adecuadas a determinados focos de conveniencia. Estas teorías son formas de trascender los aspectos obvios de la experiencia y relacionar una serie de hechos entre sí. Como dicen Botella y Feixas (1998, p. 69), “la finalidad última de la persona sería extender el ámbito de conveniencia de su teoría personal (filosofía de la vida), haciéndola cada vez más explicativa e internamente coherente.” Ahora bien, estas teorías personales no pretenden ser un reflejo objetivo de lo que ocurre “ahí fuera”. La persona se involucra activamente en su elaboración y, como sabemos, toda construcción es autorreferencial. Neimeyer y Feixas (1989) hacen notar la relación de la PCP con la filosofía de la ciencia:

“El ciclo de experiencia reconoce formalmente que toda percepción está anclada en una predicción implícita, de forma similar a la propuesta por Popper (1963), según la cual nuestras observaciones ocurren inevitablemente a la luz de nuestras teorías o expectativas. Esto pone de manifiesto cómo nuestras anticipaciones son hipótesis raramente desapasionadas sino que, al contrario, representan demandas de conocimiento personal en las que nos hallamos a menudo considerablemente implicados. Por estas razones, la misma ‘realidad’ que intentamos comprender toma el color de nuestras anticipaciones, y nos puede resultar difícil aceptar la invalidación aparente de una creencia profunda.” (p. 54).

El proceso mediante el cual se va modificando y reconstruyendo el sistema de constructos de la persona fue descrito por Kelly (1977) como *el ciclo de la experiencia* y formalizado por Neimeyer (1985). Consta de cinco fases sucesivas:

Anticipación: Nos comportamos ante los acontecimientos según las expectativas que tenemos acerca de ellos. Estas anticipaciones pueden ser conscientes o incluso fisiológicas, como la inquietud, los nervios que sentimos ante una ejecución.

Implicación: Esta segunda fase supone que no todas nuestras construcciones

conlleven el mismo nivel de riesgo para la persona. La combinación de anticipación e implicación se llama *compromiso*.

Encuentro: Supone que la persona puede probar sus hipótesis, y que los datos que recoge le van a permitir mantenerlas o rechazarlas. No significa una mera colisión con los acontecimientos. Implica un conocimiento activo de lo que uno ha encontrado y permite establecer una diferencia.

Validación o invalidación de la anticipación: Es muy importante resaltar esto. No se trata de que los resultados de la experiencia sean *objetivamente* positivos o negativos. Sino de que validen o invaliden las anticipaciones del sujeto, siendo esta validación según sus propios criterios subjetivos.

Revisión constructiva: El ciclo concluye con lo que la persona *hace* con los resultados. En el caso de que las anticipaciones hayan sido validadas, la persona se ve más segura. Si las anticipaciones se relacionan con constructos nucleares emergen sentimientos de confianza y de felicidad. Por el contrario, si se ha producido una invalidación, la persona puede optar por *reconstruir el sistema*, lo que denota un *funcionamiento óptimo* (Kelly, 1980) de la persona. O por el contrario, la persona puede *elegir* conservar sus construcciones defectuosas, incluso después de su invalidación. Epting y Amerikaner (1980), lo expresan de este modo:

“El reconocimiento de que se precisa un cambio, que hay que abandonar antiguas construcciones, es a lo que se arriesgaba uno al inicio del ciclo. Aunque a menudo doloroso, el sistema revisado aparece en saludable contraste con la persona que, a la luz de la evidencia continuamente desconfirmadora, rehusa moverse, se aferra a las construcciones originales y busca extorsionar la evidencia validadora de un ambiente que no se digna ofrecerla.” (p. 59).

7. LA “RESISTENCIA” AL CAMBIO

Venimos argumentando que la persona va construyendo su mundo, creando su sistema de constructos, al tiempo que experimenta su encuentro con el mundo. Sin embargo, esta construcción no es siempre fluida. La reconstrucción del sistema puede ser problemática. Kelly reconoce que el cambio, incluso pareciendo deseable, puede ser evitado por la persona. A continuación vamos a concretar circunstancias que pueden originar resistencia al cambio:

1.- **“Resistencia” a substituir un constructo que ha resultado invalidado.** Kelly reconoce la tendencia espontánea hacia la mejora de su sistema de anticipación de acontecimientos, lo cual supone aumentar el repertorio de los constructos, cambiarlos para que ajusten mejor y subsumirlos en otros más supraordenados. Pero “al buscar la mejora, se ve interrumpido por el daño al sistema que resultará de la alteración de los constructos supraordenados. Frecuentemente su inversión personal en el sistema global o su dependencia hacia él va a hacer que no busque una construcción más precisa en la subestructura.” (1955, p. 9) En este punto se ve con

claridad que los constructos personales no son cogniciones aisladas e independientes unas de otras. El problema que puede suponer para el sistema total puede hacer que la persona se resigne a funcionar, incluso con una construcción inadecuada:

“Ahora ocurre que una persona debe ocasionalmente decidir qué hacer sobre si remodelar o no su sistema. Puede encontrar que el trabajo lleva mucho retraso. ¿Cuánto puede modificar y tener todavía ‘un tejado sobre su cabeza’? ¿Serán muy conflictivas las nuevas ideas? ¿Se atreverá a poner en peligro el sistema con el fin de cambiar alguna de sus partes constituyentes? Este es el punto en el que debe elegir entre preservar la integridad del sistema y cambiar alguna de sus partes obviamente defectuosas. A veces su anticipación de los acontecimientos puede ser más eficaz si elige conservar el sistema. Es precisamente en este punto en el que el terapeuta puede encontrar resistente al paciente.” (Kelly, 1955, p. 58).

La consideración de la persona como un sistema con implicaciones ordinales nos permite entender el funcionamiento de los clientes, incluso en sus manifestaciones más incongruentes. Siempre es un interrogante para nosotros el comportamiento claramente inadaptado, y que, aparentemente, no responde a ninguna lógica. Kelly (1955), trata de encontrar una explicación a este fenómeno, al considerar las implicaciones globales que traerían para la totalidad del sistema la sustitución de algún elemento, aunque sea defectuoso:

*“Desde la PCP podemos definir un desorden como cualquier construcción personal que es usada repetidamente, a pesar de su constante invalidación... No hemos dicho que la invalidación necesariamente produzca la revisión en la propia construcción de la vida... Un sistema de construcción personal es algo organizado. El fallo en una parte no conduce necesariamente al reemplazo de esa parte. Antes de reemplazar una parte, la persona ha de ver cuánto del resto del sistema puede colapsarse como consecuencia. De este modo, incluso una parte obviamente inválida de un sistema puede ser preferible **al vacío de ansiedad** que se produciría por su eliminación.”* (p. 831, la negrita es nuestra).

2.- **“Resistencia” a poner a prueba la validez de los constructos.** La utilidad de un constructo personal está en función de su capacidad anticipadora, si es capaz de dar sentido a la experiencia. Como ocurre en la actividad científica, las teorías han de ser probadas para saber su valor predictivo. En su metáfora de *el hombre como científico*, Kelly asemeja las dudas e incertidumbre de la persona a la reticencia del investigador a verificar sus hipótesis:

“Hay ocasiones en las que una persona duda experimentar porque teme el resultado. Puede temer que la conclusión del experimento le vaya a colocar en una posición ambigua donde no vaya a ser capaz de predecir y controlar... Esta resistencia bien a expresar o a probar los propios constructos es uno de los problemas prácticos que afronta el terapeuta con su cliente.” (1955, p. 14).

Una manera de evitar poner a prueba los constructos es “sumergiendo” uno de los polos. Como sabemos por el *corolario de dicotomía*, los constructos tienen dos extremos. Hay un polo de *semejanza* y un polo de *contraste*. A veces uno de estos polos es menos accesible que el otro. Cuando esto ocurre en extremo, decimos que uno de los polos está *sumergido*:

“El sumergimiento puede ser una manera de evitar que un constructo sea contrastado. Del mismo modo que un científico no puede hacer bien su trabajo si no tiene una alternativa a su hipótesis (Ho), así el cliente no puede probar un constructo cuyo extremo está sumergido. Tal vez el cliente teme que si se descubre ese extremo, tendrá que reconstruirse a sí mismo, con resultados devastadores. Tal vez tendrá que poner a prueba ese constructo. Puede ser invalidado. ¿Cuánto de su pequeño mundo tendrá que ser reconstruido como consecuencia? ¿En qué clase de mundo desordenado tendrá que vivir mientras tanto? El terapeuta, al querer ayudar a un cliente a que descubra su polo sumergido del constructo, debería asegurarse de que el cliente pueda hacerlo proposicionalmente, es decir, que la validación-invalidación de un constructo no arrastre a otros consigo.” (Kelly, 1955, p. 470).

Las preguntas que Kelly se plantea ponen de relieve que estar abierto a una permanente reconstrucción del sistema personal de constructos, debido a la invalidación que podemos experimentar en el vivir diario, es una tarea muy ardua. Aunque esta reconstrucción es ciertamente deseable, (Kelly, 1980; Epting y Amerikaner, 1980) puede desbordar la capacidad de la persona. Por lo cual, si se resiste al cambio, no es por una absurda obstinación, o por motivos inconscientes, sino porque es necesario preservar su integridad personal, su identidad.

3.- Resistencia a integrar constructos en el sistema personal: suspensión. La PCP se hace cargo de fenómenos identificados como “olvido”, “disociación”, “represión”, que reciben una explicación diferente a las teorías psicodinámicas:

“Para que una experiencia pueda ser recordada o percibida claramente, ha de ser sostenida por un sistema de constructos. Cuando se resuelve un constructo en favor de otro, claramente algunos de los elementos quedan descolgados, especialmente los que no se ajustan bien con el nuevo constructo. Simultáneamente, otros elementos que eran antes menos accesibles a la persona, son ahora prominentemente mostrados gracias a la nueva estructura que ofrece una percha (sic) conveniente para colgarlos... Se puede esperar casi siempre del nuevo rango de conveniencia que excluya a algunos elementos y que otros reaparezcan. Cuando una estructura es rechazada, porque es momentáneamente incompatible con el sistema global que la persona usa, podemos decir que ha sufrido suspensión.” (p. 471-72).

La PCP de Kelly no trata de presentarnos un modelo de funcionamiento

humano frío y aséptico. No todas las experiencias se construyen con la misma facilidad, por las implicaciones que tienen para la totalidad del sistema. Por ejemplo, si yo construyo a mi padre como un ser bondadoso, me va a ser muy difícil integrar en este constructo episodios que los invaliden. La necesidad de preservar determinados constructos de invalidación, por su papel central en el sistema hará que determinadas experiencias no sean accesibles. Cuando, eventualmente, se produce una reconstrucción o reajuste en la idea que tenemos de una persona, o de momentos de nuestra vida, podemos descubrir qué material “olvidado” acude a nuestra mente:

“Nuestra teoría no pone el énfasis en recordar lo agradable u olvidar lo desagradable; más bien, enfatiza que uno recuerda lo que está estructurado y olvida lo que está desestructurado. En contraste con algunas nociones de represión, la suspensión implica que la idea o elemento de experiencia se olvida simplemente porque la persona no puede tolerar una estructura dentro de la cual la idea tenga sentido. Una vez que pueda mantener esa estructura, la idea puede estar disponible dentro de ella... Es importante tener en cuenta de que las ideas no se suspenden por su naturaleza intrínseca, sino porque sus implicaciones son intolerables. (Kelly, 1955, p. 473-74).

4.- Incapacidad de integrar nuevas experiencias por la impermeabilidad del sistema. La permeabilidad se refiere a la capacidad de un constructo de admitir nuevos elementos en su contexto. Es decir, si va a poder compartir una característica común con otros elementos. Cuanto más permeable sea un constructo, más elementos podrán ser admitidos en su rango, y por el contrario, si es muy impermeable, las nuevas experiencias serán rechazadas.

La permeabilidad de un sistema es muy importante porque le va permitir flexibilidad ante los cambios y permanecer íntegro. De no ser así, el sistema no va a poder construir nuevas experiencias de modo significativo:

“Puesto que la variación en el sistema de constructos de una persona está subordinada a ciertos aspectos más permeables de su sistema, cada vez que su conducta o sus ideas experimenten un cambio debe invocar, de un modo u otro, el constructo permeable que provee el hilo de continuidad en su conducta. Si ese constructo permeable no está demasiado claramente diseñado, o si no es demasiado permeable, puede que tenga que abandonar su uso y buscar desesperadamente nuevas maneras de dar sentido a su vida.” (Kelly, 1955, p. 88).

En los momentos de cambio vital, es cuando más se precisa una estructura supraordenada flexible y permeable, capaz de abarcar en su rango de conveniencia lo novedoso. La importancia de los constructos supraordenados es enfatizada por Kelly (1955, p. 840), que dice que “el desarrollo de un sistema de construcción de gran alcance, con los constructos permeables a nivel supraordenado, es una gran tarea. “

5.- **Amenaza:** Kelly la entiende como “la conciencia de un cambio importante en los constructos nucleares” (1955, p. 565). Ciertos cambios vitales van a producir una resistencia específica, cuando suponen el abandono de constructos nucleares, es decir, aquellos con los que la persona se identifica. Su desaparición significaría no poder seguirse construyendo como la misma persona. Kelly (1955, pp. 490-91), para ilustrar esto, cita las *hipótesis de Landfield* cuando vemos a otras personas como amenazas en términos de un movimiento biográfico regresivo⁵.

6.- **Hostilidad:** En la teoría de los constructos personales, la hostilidad es “el esfuerzo continuo por violentar la evidencia de un tipo de predicción social que ha sido reconocida como equivocada.” (Kelly, 1955, p. 565). A diferencia del psicoanálisis, que percibe la hostilidad como una actitud potencialmente destructiva, la PCP reconoce la hostilidad como persistente falta de realismo. La persona hostil no puede aceptar que sus anticipaciones no sean validadas. Puesto que es sobre todo en el contexto social donde solemos comprometernos con nuestras expectativas, lógicamente experimentamos hostilidad hacia las personas:

“Es algo más fácil para una persona ser hostil hacia otra persona que hacia una piedra; nuestros experimentos con personas nos llevan a resultados inesperados... Hacemos esfuerzos desesperados por acomodar los resultados a nuestras expectativas, en lugar de intentar otra manera alternativa de experimentar. El problema de la hostilidad es que siempre intenta obtener lo que apostó. Es irreal.” (Kelly, 1955, p. 880).

Para Kelly, la persona hostil sigue el paradigma del mal científico. En lugar de escuchar a los datos, de dejarse interpelar por ellos, el pseudocientífico los distorsiona para acomodarlos a sus teorías. Eso hace que temporalmente su modelo siga teniendo vigencia, y que la reconstrucción de la teoría pueda ser pospuesta. El problema es que puede sobrevenir una invalidación masiva que colapse toda la construcción:

“Sin embargo, la hostilidad puede producir el efecto que busca, de este modo. La hostilidad es percibida por los compañeros de la persona hostil. Estos deciden manipularla (sic) concediéndole los resultados que buscaba originalmente. Le hacen creer que sus apuestas son acertadas, cuando es, ciertamente, su inoportunidad la que está dando resultado. La persona hostil no aprende nada... Cuando, finalmente, se encuentre con otro ambiente menos transigente, es posible que su mundo se derrumbe. La tragedia de la hostilidad en el mundo, no es tanto que las personas sean hostiles, sino que hay demasiada indulgencia con los caprichos de la persona hostil. Tal indulgencia conduce a la persona hostil en medio de un camino de flores. Al final del camino hay una total confusión en las relaciones humanas.” (Kelly, 1955, p. 881).

Al hablar de la hostilidad y de la necesidad de adecuarnos al mundo real, Kelly se desmarca de posturas solipsistas: “... *El cliente hostil espera que el mundo real*

se someta a sus anticipaciones. No busca la manera correcta de predecir el futuro.” (1955, p. 888. Subrayado mío). Entiende que hay una manera desajustada de anticipar, la que busca preservar *a toda costa* los propios constructos. Por tanto, siempre hay un referente *externo* a la actividad constructora de la persona que le sirve de banco de pruebas a lo que anticipa.

7.- **Cambio y proyecto vital.** Si la persona posee un proyecto vital, de largo alcance, a nivel muy supraordenado, le va a permitir soportar la ansiedad producida por cambios periféricos. El proyecto vital va a impedir que la persona colapse mientras revisa sus construcciones. La permeabilidad del sistema le va facilitar la integración de nuevas experiencias dentro del sistema, al mismo tiempo que se mantiene la coherencia del mismo. Para Kelly (1955) el proyecto vital se identifica con un *sistema de valores* que permite mantener la identidad de la persona a través de períodos de crisis y de conflicto. Kelly insiste que esto es lo primero que ha de facilitar el terapeuta en su trabajo con su confundido cliente:

“Cuando el terapeuta ha roto la expansión oceánica de ansiedad potencial en áreas de tamaño razonable, puede comenzar realizando pasos más agresivos para llevar al cliente a tierra firme. Hay dos fases interrelacionadas que deben ser articuladas en esta fase del tratamiento. Una tiene que ver con el desarrollo de una nueva construcción comprensiva supraordenada o ‘sistema de valores’. La otra tiene que ver con la verbalización, prueba y eventual abandono de las estructuras preverbales sobre las que los previos reajustes del cliente se establecían. Si la fase anterior es llevada a cabo con exclusión de la primera, el terapeuta tendrá a un cliente confundido y ansioso, que no va a experimentar nuevas acciones. Si la primera fase se hace con exclusión de la segunda, el terapeuta se va a encontrar en una serie de discusiones intelectuales interminables.” (1955, p. 843).

La falta de un proyecto vital de largo alcance puede permitir que una persona viva adaptada cuando el ambiente no presenta cambios. Sin embargo, la ansiedad puede surgir ante una situación no prevista. Kelly lo expresa con acierto:

«Una persona tiene un mundo muy preciso y ajustado, porque no tiene estructuras supraordenadas permeables, que le permitirían anticipar el mundo de otro modo. Entonces puede ocurrir que la vida cambie de escena. Las anticipaciones de la persona no se materializan. Debe empezar a descartar constructos. La ansiedad finalmente se apodera a pesar de todas las medidas tomadas. Ahora puede, bien acudir a las estructuras preverbales o bien puede restringir su campo. Los extremos de estas alternativas son la psicosis y el suicidio.» (1955, p. 849).

8. FORMULACIONES POSTERIORES A KELLY EN LA PCP

En este apartado queremos incluir aportaciones de seguidores de Kelly que han elaborado ideas germinalmente ya presentes en la obra del autor sobre la cuestión de la resistencia pero que suponen en sí mismas nuevas aportaciones.

8.1. Resistencia al cambio en psicoterapia y roles nucleares

El concepto de *rol nuclear* se vincula al *corolario de socialidad*: “Una persona puede jugar un rol en un proceso social que implica a otra en la medida en que construya los procesos de construcción de aquella” (Kelly, 1955, p. 66). Este corolario define el rol como un proceso social que supone la comprensión del otro, no solamente lo que esté socialmente prescrito. Kelly ha conferido a su teoría una dimensión interpersonal tan importante que, como dicen Landfield y Leitner (1980, p. 10), “...estuvo a punto de llamar a su teoría ‘*role theory*’. Como lo expresa este texto:

*“Las construcciones de nuestras relaciones, en cuanto a los pensamientos y expectativas de ciertas personas, inciden mucho en nuestros procesos vitales. Mediante la construcción de nuestros roles mantenemos incluso las funciones vitales más autónomas. Estas son ciertamente **estructuras de rol nuclear**”* (Kelly, 1955, p. 84. Subrayado original).

Puesto que las relaciones profundas e íntimas son tan importantes, yo voy a experimentar una profunda satisfacción si mis anticipaciones son validadas. Tanto es así, que McCoy (1977) define emociones como amor y felicidad como la validación de los constructos nucleares. Leitner afirma que “si yo arriesgo mi ROL nuclear y tú validas estos constructos, experimentaré emociones profundas y positivas.” (1980, p. 88).

La contrapartida a la posibilidad de validación de mis constructos de ROL⁶ nuclear, es que experimente rechazo, invalidación, de lo que es lo más íntimo de mi existencia. Podemos, por tanto, entender la ambivalencia ante una relación profunda. Por un lado, experimentar emociones gratificantes, y por otro, el riesgo de exponerse al terror de la invalidación. Esto hace que muchas personas eviten las relaciones que suponen un compromiso personal auténtico:

“Un modo de evitar las relaciones de ROL es establecer relaciones basadas solamente en roles sociales. En esta forma de relación, el individuo puede decir y hacer las ‘cosas adecuadas’ pero no llega a conocer la experiencia de las otras personas... Esto le puede evitar los terrores de la relación de ROL... Pero tiene que pagar el precio de la soledad, vacío, falta de sentido y culpa... Un modo de evitar los terrores asociados a la invalidación de los constructos nucleares es manipular a los otros en vez de relacionarse con ellos... El manipulador dice lo que piensa que los otros quieren oír, de modo que se formarán la ‘correcta’ impresión y que harán lo ‘correcto’.” (Leitner, 1980, p. 89-90)

Las relaciones basadas en hacer al otro partícipe de mis realidades más ocultas pueden hacernos sentir vulnerables, como ocurre en la relación terapéutica. Leitner y Standiford (1993) han considerado el fenómeno de la «resistencia» como la necesidad de proteger los constructos de ROL nuclear:

“La psicoterapia experiencial de constructos personales asume una relación mutua, abierta y exploradora entre el terapeuta y el cliente. Sin embargo, muchos clientes encuentran la perspectiva de una relación de ROL con el terapeuta muy amenazante. Esta amenaza puede llevar al cliente a evitar el proceso exploratorio propio de una psicoterapia que pretende cambios vitales significativos. Técnicamente, muchas escuelas de psicoterapia etiquetan a este paciente como ‘resistente’... Tradicionalmente, la resistencia ha sido definida como algo que el paciente hace para minimizar el poder curativo de la psicoterapia. Sin embargo, nosotros hacemos referencia a algo más específico cuando hablamos de resistencia. Puede ser definida ... como un proceso activo de proteger los constructos nucleares (ROLES) de invalidación. Los constructos nucleares de ROL son nuestros valores centrales organizadores. Kelly creía que nosotros actuamos con nuestro núcleo como si nuestra vida dependiera de ello; las personas pueden elegir la muerte antes que abandonar las estructuras nucleares. La resistencia protege las bases y propósitos de la existencia del cliente.” (p. 141- 142).

Como ya venimos insistiendo, la comprensión de los fenómenos personales desde la PCP va mucho más allá de lo que el hedonismo puede decirnos. La persona busca construir su mundo de modo que tenga sentido para él, y su propio ser dentro de este mundo. Cuando se produce un caos, un sinsentido o un futuro fatal, la persona puede *elegir* preservar sus constructos nucleares, incluso con una acción que pudiera ser desafortunada. Stefan y Linder (1985) han estudiado el suicidio desde la PCP, evitando contemplarlo “desde el modelo del trastorno, desde donde no se permite ver el suicidio como un acto razonable... Sino como un acto que sigue a un desorden, estado irracional, etc.” (p. 187). Ellos se plantean la comprensión de la persona que opta por un camino, que puede parecernos aberrante:

“Como conducta, el suicidio siempre tiene lugar cuando resulta ser la mejor alternativa entre las posibles elecciones. Uno elabora esas elecciones del modo como construye las circunstancias y también del modo como ha aprendido a anticiparlas como resultado de elecciones pasadas. Cuando uno construye sus circunstancias no está desapegado. La autodefinición, esto es, los constructos nucleares, están en juego. (...) El acto de autodestrucción está subordinado a esos constructos del individuo que le dan significado y que permiten a la persona anticipar más allá de su inmediato e intolerable estado de cosas.” (Stefan y Linder, 1985, p. 186).

Sin llegar al límite de la conducta suicida, podemos entender que la persona

puede elegir conductas que protejan sus constructos nucleares. Estas conductas pueden parecerse patológicas, inadaptadas, pero cobran todo su sentido dentro de la coherencia de la construcción de alternativas de la persona.

En la situación terapéutica, tanto cliente como el terapeuta se enfrentan a un dilema. Por un lado, el cliente desea cambiar, de ahí su demanda. Por otro, se va a resistir a la invalidación de sus constructos nucleares. Esto coloca al terapeuta en una difícil posición:

“El terapeuta necesita aliarse con la parte del cliente que quiere arriesgar las relaciones de ROL, mientras que, al mismo tiempo, comprende la necesidad de que el cliente se resista. Por un lado, si ignora la necesidad de proteger los constructos nucleares de ROL, puede ocurrir que el cliente finalice la terapia con el fin de impedir la invalidación de sus estructuras nucleares. Por otro lado, si no se alía con la parte que busca cambio profundo, puede frustrar el propio proceso terapéutico.” (Leitner y Standiford, 1993, p. 143).

La resistencia al cambio, ha de considerarse pues, como inherente a los procesos de mantenimiento personales, y ha de ser adecuadamente tratada en la práctica terapéutica. *“Un error terapéutico común, (Leitner y Standiford, 1993, p. 146), supone confrontar activamente la resistencia... El terapeuta debe ver si existen otros constructos nucleares que puedan proveer de estabilidad a la persona durante el difícil período de trabajar la resistencia.”*

Teniendo en cuenta que el paso inicial para manejar la resistencia es su reconocimiento, los anteriores autores ofrecen, con este fin, una tipología de situaciones:

El paciente que no quiere embarcarse en una reconstrucción de sus significados vitales, y sólo quiere que se le “quite la pena”.

La externalización como resistencia: Los pacientes que evitan la introspección, dadas las implicaciones que supone, miran únicamente a cambiar el mundo exterior, en lugar de mirar dentro de ellas mismas. Otra manera de externalizar es proyectar la responsabilidad de sus acciones y de su experiencia a factores externos a su persona.

La concreción como resistencia: “Dado el terror potencial asociado con la invalidación nuclear, la persona puede elegir construir los acontecimientos de modo concreto, en lugar de hacerlo en términos de su significado psicológico.” (Leitner y Standiford, 1993, p. 150). Es decir, que a la hora de construir una experiencia, se aísla, no se tienen en cuenta sus implicaciones. Se desvinculan del resto de la estructura. Por ejemplo, construir un trastorno cardiovascular *exclusivamente* en términos fisiológicos, sin considerar las implicaciones psicológicas que pueden estar presentes.

Impulsividad como resistencia: Una manera de prevenir poner a prueba nuestros constructos nucleares es actuar de modo impulsivo. En palabras de Leitner

y Standiford (1993, p. 151): “Las relaciones de rol suponen la construcción mutua de los constructos nucleares de ROL. Cada persona ofrece su núcleo al otro, con los riesgos y recompensas consiguientes. Además, las relaciones de ROL suponen un compromiso mantenido; no son acontecimientos fugaces. De este modo, la estabilidad es necesaria para la construcción de experiencias significativas en las relaciones de ROL. No es extraño, entonces, que algunas persona sean impulsivas como modo de proteger sus constructos de ROL nuclear de la invalidación.”

Pasividad como resistencia: Podemos impedir que nuestras anticipaciones sean contrastadas con los hechos, refugiándonos en un mundo de fantasía. De este modo podemos seguir manteniendo ilusiones sobre nosotros mismos o sobre otros aspectos de la vida que no soportaríamos perder: “Las relaciones de ROL conllevan inherentemente el terror de la invalidación de los constructos nucleares. Sin embargo, los constructos no pueden ser invalidados si no son probados. Dentro de la PCP, los constructos son probados mediante la conducta de la persona. Un modo de proteger los constructos de ROL nuclear es no ponerlos a prueba. De este modo, la pasividad puede ser una resistencia en terapia.” (Leitner y Standiford, 1993, p. 152).

8.2. La resistencia en psicoterapia entendida como transición en la construcción

Desde la PCP, la terapia solamente conducirá a reconstrucción si ofrece al cliente la posibilidad de elaborar su sistema de constructos, y no le confronta con un nivel demasiado alto de ansiedad, amenaza o culpa. En este momento es importante aclarar que las emociones son también consideradas formas de construcción personal. En la PCP no encaja bien la dicotomía *cognición-emoción*, porque la actividad constructiva incluye a ambas. Kelly consideró las emociones como una conducta que estaba definida de forma laxa, o bien ligada a un constructo no-verbal o preverbal. Kelly (1955) equiparó ciertas experiencias emocionales a la conciencia de las transiciones del sistema de constructos (validaciones o invalidaciones), definiendo cuatro emociones relevantes para la práctica clínica en términos de dicho proceso, y que son: *amenaza, miedo, culpabilidad y ansiedad*.

Vamos a explicitar la génesis de estas emociones y su relación con el cambio psicológico, así como los estudios que se han realizado en este campo:

8.2.1. ANSIEDAD

Cuando el cambio se produce en la dirección de un cierto vacío psicológico el paciente puede experimentar **ansiedad** ante un futuro incierto. La ansiedad es la conciencia de que uno está mal provisto para predecir los acontecimientos con los que se enfrenta. En algunos casos, una consecuencia de eliminar los síntomas o los problemas sería tener que afrontar un mundo para el que el sujeto no tiene constructos con los que poder predecir los acontecimientos, por lo cual, dice Kelly: “Incluso una parte inválida de un sistema de construcción puede ser preferible al

vacío y la ansiedad que podría causar su completa eliminación.” (1955; p. 831).

Los estudios que se han hecho en esta dirección han visto las implicaciones del síntoma y su pérdida para el cliente. Por ejemplo, en un estudio sobre tartamudez, Fransella (1972) explica que el tartamudo puede ser muy hábil en anticipar las reacciones de otras personas cuando tartamudea, en cambio, la fluidez puede suponer para él encontrarse con situaciones menos predecibles. Su estudio apoya la hipótesis de que los clientes que inicialmente tenían un subsistema sobre la fluidez bien elaborado, obtenían mejores resultados que aquellos para los que el hecho de ser tartamudo tenía muchas implicaciones. En otro estudio con pacientes anoréxicas, Fransella y Button, (1983) encontraron resultados semejantes. Las pacientes para las que el “self con peso normal” tenía muchas implicaciones antes de entrar en el hospital, conservaban su peso después de abandonar el hospital. Por el contrario las chicas que no lograban mantener su peso tendían a verse a sí mismas como pacientes anoréxicas internadas en el hospital. En esta misma línea, Leitner y Grant (1982), encontraron una pobre respuesta terapéutica en clientes obesos para los cuales el constructo de sobrepeso era central a la organización jerárquica de su sistema de constructos. Estos estudios que han utilizado la técnica de la rejilla han evidenciado que cuanto más significativa sea el área problemática, peor es el resultado terapéutico. En otros estudios realizados por Winter (1989b), y Winter y Gournay (1987), encontraron evidencia de que la respuesta terapéutica a un programa eficaz de tratamiento será pobre si la persona no dispone de constructos para manejarse en las situaciones con las que se verá confrontado. En uno de los estudios con clientes agorafóbicas que estaban recibiendo terapia de conducta se obtuvo una pobre mejora de los síntomas cuando el constructo “rabia” no era importante o destacado, o bien, cuando veían a los miembros de sus familias de modo uniformemente positivo. La explicación que ofrecen los autores es que los pacientes tenían dificultades para manejarse en situaciones interpersonales conflictivas. Estas situaciones podrían sobrevenir en sus vidas si remitían los síntomas.

Pese al sufrimiento que suponen estos problemas psicológicos, podemos entender que cumplen una finalidad en el sistema de construcción de la persona. Esto se refiere también al *corolario de elección*, según el cual el cliente “elige” construirse como caracterizado por el síntoma, porque hacerlo así conlleva más implicaciones, y por tanto, más posibilidades de elaboración del sistema de constructos, que construirse como libre de síntomas. El síntoma puede ser, entonces, la justificación por la cual las experiencias caóticas reciben significado. Esto ha sido elaborado por Tschudi (1977) y Fransella (1970,1972), quienes ven el síntoma como un “estilo de vida”, de modo que un problema llega a ser una parte de la persona y no se construye sin ese problema. Este estilo de vida no se abandona, pues, hasta que un estilo alternativo ha sido elaborado.

En ocasiones las personas se construyen de modo ideal, casi sublime. Una función del síntoma es impedir que esta fantasía sea contrastada con la realidad.

Winter (1992) presenta el caso de Rodney, al que le pidió que escribiese cómo sería su vida sin la incapacidad de eyacular. El relato es una descripción exultante de energía vital, rayando la absoluta perfección. Esta descripción estaba en franco contraste con su situación actual. En la prueba de la rejilla, el yo ideal tenía la misma puntuación que el yo sin síntomas.

El fenómeno anteriormente descrito ha sido denominado por Fransella (1972) el síndrome de "si yo tan solo fuera...", y que puede ofrecer una explicación para el mantenimiento de síntomas aparentemente perturbadores. En efecto, la creencia ilusoria de que si el síntoma desapareciese el cliente obtendría todos sus ideales, sólo puede sostenerse si se conserva el síntoma. Ella observó este patrón en tartamudos y en pacientes con trastornos alimentarios, para los cuales el yo con el peso que ellas consideraban ideal era construido virtualmente idéntico al yo ideal.

Winter (1989b, 1992) ha encontrado también este patrón con agorafóbicas, que imaginan que después del tratamiento ellas y sus esposos serían más ideales que lo que incluso fueron antes del trastorno, un punto de vista compartido por sus cónyuges. Además, cuanto más estaba marcada esta tendencia en las agorafóbicas más severos eran los síntomas, quizás porque eran más resistentes a probar la validez de sus fantasías ideales de lo que sería la vida si pudiesen salir solas de casa. Un caso muy llamativo que también relata Winter es el de un hippie, Crispin, cuyos síntomas agorafóbicos comenzaron a fines de los 60, y cuya rejilla indicaba que, mientras que él imaginaba que sería virtualmente idéntico a su yo ideal si no tuviese sus síntomas, su construcción de sí mismo antes de los síntomas era el de una persona irresponsable y egocéntrica. De este modo, abandonó un tratamiento conductual, porque así no tuvo que poner a prueba la fantasía de que sin síntomas sería capaz de ser muy superior a lo que nunca había sido (incluyendo, incidentalmente, ser famoso y rico como guitarrista folk).

8.2.2. CULPA

Esta dolorosa emoción, según la PCP aparece cuando experimentamos un cambio en nuestros constructos de rol nucleares, que son la manera característica de relacionarnos con los otros (Kelly, 1955, p. 565). Si una persona tiene una manera habitual de construirse a sí misma, la ausencia del síntoma puede provocar un cambio fundamental en esta construcción. Esto ocurre, fundamentalmente, cuando el síntoma está asociado con características que para la persona son positivas. En este caso, la persona se enfrenta a un dilema, puesto que abandonar el síntoma va a suponer también dejar de verse de un modo deseable.

En muchos casos, el sufrimiento va asociado a ser una persona humana y virtuosa. Rowe (1978), ha encontrado pacientes depresivas que con características tales como "sensibilidad" y "virtud". De tal manera que algunos pacientes prefieren seguir siendo "buenas personas", aunque afligidas, que cambiarse al lado de los que disfrutaban, pero son "egoístas" o "insensibles". Fransella (1972) observa un patrón

similar en un tartamudo, renuente a la terapia y que construye a los tartamudos como “buenos” y a los que hablan fluidamente como “malos”. Drysdale (1989) sugiere “que los pacientes con dolor crónico muestran una mayor tendencia a asociar dolor con sensibilidad hacia los otros que los que tienen problemas agudos. Y cuanto más prolongado es el dolor, más probable es que se asociase con sensibilidad, y con la capacidad de llevarse bien con los otros.” Winter (1987), en un excelente trabajo sobre este tema, relata su propia experiencia sobre el entrenamiento en habilidades sociales. Según el autor, en el 80% de los clientes la habilidad social conlleva implicaciones negativas, como “egoísmo”, “rebeldía” y “engaño”, características que chocan con su autoconcepto. Su manera de construir su timidez o falta de habilidades sociales, también incluye ser “buenas personas”, “generosas”, “honestas” y “auténticas”. Igualmente, en los estudios sobre agorafobia citados anteriormente (Winter, 1989b; Winter y Gournay, 1987), aparecieron resistencias al cambio puesto que algunos clientes construyen el hecho de salir fuera como algo que supone el riesgo de infidelidad marital. Cuanto más supraordenado es el constructo de infidelidad marital para ellos, menos mejoran en la terapia de conducta.

En ocasiones estos tratamientos anteriormente descritos son insensibles al hecho de que fuerzan el sistema nuclear de constructos más allá de lo que la persona considera aceptable, provocándole una ruptura con su manera habitual de verse-en-el-mundo, lo que nosotros consideramos identidad. Esta ruptura la comprendemos desde la PCP como la experiencia de culpa. Winter (1987, p. 118) relata que “...*la terapia de constructos fue de utilidad para Tom, quizá porque implicaba tomarse en serio su visión del mundo, en lugar de rechazarla por inválida o irracional, o tomarla como material para interpretaciones esotéricas, a diferencia de los diversos modelos de entrenamiento en habilidades sociales, que se podrían construir como versiones actualizadas de los códigos de caballería o manuales de buenas maneras.*” El mismo Winter (*ibídem*, p. 129) ofrece una explicación al hecho de que las personas consiguen descubrir un aspecto positivo en sus limitaciones, de modo que les puedan resultar menos inaceptables: “*Esto podría estar indicando la estrategia mediante la que estas personas mantienen un mínimo de autoestima, construyéndose como socialmente incompetentes, pero recibiendo la compensación de, al menos, poder verse como humanitarios y virtuosos.*”⁷

Estas situaciones en las que el sistema de constructos por una parte presenta como significativo el cambio por superar las limitaciones y sufrimiento derivados del síntoma, pero por otra el cambio tiene consecuencias negativas en términos de la identidad de la persona, las hemos considerado como una forma de conflicto cognitivo, conocida como dilema implicativo (Feixas, Saúl, y Sánchez, 2000; Feixas, Saúl, Avila-Espada, y Sánchez, 2001). Esta línea de trabajo ha dado como fruto un proyecto multicéntrico internacional de investigación, el proyecto dilema, sobre el que puede obtenerse más información en Internet: www.usal.es/tcp

8.2.3. AMENAZA

Cuando hay un lugar al que ir, pero nos damos cuenta de que se va a producir un cambio inminente en la construcción central de nosotros mismos se produce en nosotros un sentimiento de **amenaza**. Tenemos conciencia de un cambio inminente y profundo en las estructuras nucleares, los constructos de la propia identidad. Al considerar que cualquier cambio, si es importante, puede ser amenazante, Kelly (1955) rechaza el rol primario del hedonismo para explicar la conducta. Las personas pueden diferenciarse en lo que para ellos es el placer, pero además las personas pueden experimentar los efectos desestabilizadores de un cambio considerado como ‘bueno’.⁸

Esta percepción de un cambio como amenazante es particularmente intensa en los sujetos con un sistema rígido y unidimensional. Tal vez esto pueda explicar el hecho de que una construcción rígida del sistema predice una pobre respuesta a la terapia. En tales clientes, la mayor parte de sus constructos están altamente relacionados, por lo cual un cambio en alguno de ellos supone una importante reestructuración de todo el sistema. Hinkle (1965) ofrece evidencia experimental de que el grado de resistencia al cambio de un constructo determinado de una persona está relacionado con el número de conexiones (implicaciones o fuerza de las correlaciones) que tiene con otros constructos. Igualmente refiere una correlación muy significativa entre la resistencia al cambio de un constructo y su grado de superordenación.

La rigidez cognitiva, propia de un perfil de *alta integración y baja diferenciación* (Feixas y Cornejo, 1996, p. 58), “configura un perfil de simplicidad, en el que el sujeto actúa con pocas dimensiones a la hora de comprender y anticipar los acontecimientos. Su capacidad predictiva se ve limitada a las pocas dimensiones que posee, y sus juicios suelen ser monolíticos del tipo ‘todo o nada’. Se asocia con los trastornos tradicionalmente conocidos como neuróticos... aunque también puede denotar una persona simple pero sana”. Ciertamente las dimensiones ajustadas proporcionan a la persona la seguridad de lo ya experimentado, pero su uso persistente sólo sería viable en un mundo sin cambios. Winter (1992) cita las investigaciones de Bannister, que enfatiza que la esencia de la construcción del neurótico es una tendencia a ver todas las situaciones como réplicas de otras previamente experimentadas y la conducta se convierte en rígida y estereotipada. Es decir, la rigidez inherente a las construcciones muy ajustadas, impide la inclusión de nuevos elementos en ellas. De modo que se pierden los matices, y las nuevas situaciones son despojadas de sus características propias. Esto es hostilidad, en el sentido de Kelly, es decir, la tendencia a extorsionar los datos para obtener validación a cualquier precio.

8.3. Resistencia al cambio y modos de construcción: perspectivismo, literalismo y fragmentalismo

Landfield (1980) explica tres maneras distintas de construir la experiencia: el perspectivismo, el literalismo y el fragmentalismo:

“Sentimiento, valor y conducta son entendidos como la ‘tríada del conocer’. Es el excesivo aflojamiento o rigidificación de esta tríada lo que conduce al literalismo. Es el grado moderado de conexión dentro de esta tríada lo que permite el desarrollo de jerarquías de significado y permite el perspectivismo.” (p. 289)

El perspectivismo⁹ se refiere a la capacidad de la persona de distanciarse de la situación o del problema y conceptualizarlo de modo más integrado. La persona es capaz de construir jerarquías de significado. Por el contrario, el literalista “prefiere una manera fija de construir y que no haya excepciones al modo como uno entiende un evento particular... Estas relaciones tan constreñidas minimizan la apertura a la experiencia, puesto que se asume que ciertas relaciones y acontecimientos son ciertos. En el contexto del literalismo, las ideas no son vehículos de exploración. Son utilizados como hechos.” (Landfield, 1980, p. 291).

En otro extremo estaría el modo de construcción fragmentalista caótico. Los eventos se suceden sin conexión jerárquica entre sí, de modo caleidoscópico e inconexo, como fragmentos y patrones que cambian constantemente. Dice Landfield (1980) que este patrón puede observarse en el trastorno de pensamiento esquizofrénico.

Lo que busca el literalista es la certeza y quiere expulsar la amenaza de la duda y de la ambigüedad, con su aproximación absoluta a los acontecimientos. Ciertamente, los sistemas rígidamente organizados dan la impresión de firmeza de conocimiento. Sin embargo, esto puede trastornarse en un momento de crisis o invalidación personal. En estos casos, la persona cambia, con la misma rigidez al extremo opuesto. Esto es lo que se denomina en la PCP *cambio de polo (slot rattling)*. En palabras de Landfield (1980, p. 315):

“El literalismo se refiere a una manera de pensar, sentir o actuar que implica una absoluta y restringida interpretación de un acontecimiento o una relación. Una rigidez en la construcción y falta de excepciones en cómo uno comprende un evento. El literalismo se refiere a una manera de codificar rígida y unidimensional, la cual, en exceso, impide la creación de jerarquías complejas de significado e impide el progreso de reconceptualización y reordenamiento de los eventos. Puede producir autoritarismo, por un lado, y por otro, impulsividad y falta de control en la conducta.”

En el otro extremo, el fragmentalista caótico construye los acontecimientos de modo desorganizado y difuso. La vida es experimentada como un cambio continuo, sin mucha coherencia o estabilidad de significado. Dice Landfield (1980) que “...en

contraste con el literalista y el perspectivista, el fragmentalista no tiene ni la seguridad de la asunción literal ni la esperanza de la hipótesis. Es muy vulnerable.” (p. 316)

Como venimos argumentando, el cambio personal significativo, más allá del *cambio de polo*, supone la articulación de dimensiones de significado capaces de ser ordenadas entre sí. Ello implica que las personas que puedan construir con perspectiva van a estar más abiertas al cambio que las que lo hagan de modo literalista. Al poderse plantear alternativas viables dentro de sus constructos más supraordenados se establecen nuevos cursos de acción. Por el contrario, el literalista puede descartar nuevos elementos en su sistema de constructos, puesto que esto le llevaría a aceptar la incertidumbre y la ambigüedad en su mundo.

8.4. Hostilidad en el terapeuta

Para finalizar este apartado hemos de decir que la hostilidad no es un sentimiento exclusivo del paciente al resistirse a integrar en su sistema nueva información. En ocasiones es el propio terapeuta el que se resiste a aceptar el paciente tal como se le presenta. “El hecho de que el paciente ‘no coopere’ en la terapia, no significa que rechace el terapeuta como persona, sino que su sistema de constructos es diferente al que le propone el terapeuta”. (Kelly, 1955, p. 1101) Es en estos momentos cuando el recurso a la posición de experto puede evitarle al terapeuta tener que reconocer que no ha sido capaz de construir adecuadamente el mundo del paciente. Leitner (1985) lo expresa de este modo:

“Términos como resistencia y defensa pueden decir más acerca del terror del ROL del terapeuta que del paciente. El terapeuta que utiliza tales términos puede tener una rápida justificación cuando no comprende el mundo interior del paciente. Si el cliente no reacciona como se espera, no es que el terapeuta se haya equivocado, es que el paciente se está ‘resistiendo’. Si el cliente no siente del modo que debería sentir en una situación, el terapeuta no se ha equivocado en la construcción de la situación; el cliente se está ‘defendiendo’ de sus sentimientos. Términos como resistencia o defensa puede ofrecer al terapeuta una lógica para evitar la reconstrucción cuando se ha producido la invalidación.” (p. 96).

Podemos, por tanto, entender que tales términos pertenecen a una corriente epistemológica que sitúa al terapeuta en una posición de poder que le permite adscribir valor de verdad a determinados contenidos y ridiculizar otros. El terapeuta constructivista entiende que su tarea es de *co-creador* de significado con el cliente, no de poseedor privilegiado de “la Verdad”. Lo explica magníficamente Leitner:

“Esto implica que la tarea del terapeuta no es simplemente atacar los constructos ‘irracionales’ de la persona o modificar su conducta para así poder indirectamente cambiar su sistema de construcción. Más bien, el terapeuta de constructos personales debería ser sensible y acercarse

cuidadosamente a la comprensión de la integridad, unicidad y terrores del núcleo interno de cada cliente. De este modo, el terapeuta, además de curar un síntoma, puede tener la oportunidad de tocar otra vida humana.” (1985, p. 102).

9. CONCLUSIÓN

La tendencia a considerar al ser humano como algo fundamentalmente estático, que ha de ser movido por fuerzas, ya sean instintos o impulsos, ha hecho perder la perspectiva de que los procesos de continuidad y cambio se precisan y complementan.¹⁰

Fransella (1993) se plantea una pregunta muy coherente con la PCP: “¿Qué es lo opuesto a la resistencia?” (p. 119). De acuerdo con el *corolario de elección*, elegimos la alternativa del constructo que tiene más sentido para nosotros. Por tanto, va a ser muy clarificador explicitar adecuadamente el otro polo del constructo. Según ella, “la esencia del vivir es crecer y desarrollarse, extender el sistema o definirlo, y por tanto, cambiar. No cambiar es morir. Los clientes no están *resistiendo* el cambio, están *eligiendo* no cambiar” (p. 119). El problema está en que la alternativa coloquial al cambio suele tener implicaciones negativas. El cambio se considera como deseable, y no cambiar, algo malo. Fransella argumenta que las personas *eligen* la persistencia, en lugar del cambio, como una forma de movimiento. Es el movimiento hacia el mundo que tiene más sentido, aunque sea problemático.

La PCP nos ofrece una conceptualización de los procesos vitales de la persona donde la búsqueda del sentido es la actividad primordial. En este proceso constructivo la identidad de la persona está fuertemente implicada. La resistencia al cambio es la manera que tiene el cliente de preservar el sentido. El observador, que eventualmente puede ser el terapeuta, puede etiquetar este fenómeno como contra-productivo, problemático o anti-terapéutico y llamarlo “resistencia”. Ciertamente, puede tratarse de algo inoportuno y difícil de manejar. De todos modos, creemos que es necesario que los terapeutas consideren de modo respetuoso la idiosincrasia personal del cliente en su proceso constructivo. Este respeto supone que los procesos de reconstrucción del significado sean conducidos de modo que no supongan una invalidación masiva de lo que la persona ha sido capaz de construir a lo largo de su vida para dar sentido al mundo y a sí misma: se trata, en definitiva, de su sentido de identidad.

En la primera parte de este artículo se plantean los principios generales de la Psicología de los Constructos Personales (PCP) con respecto al funcionamiento humano en general. Se destaca la visión del ser humano como constructor de significados, que va poniendo a prueba y reconstruyendo mediante la experiencia. Este proceso de construir los acontecimientos, en el que la realidad no nos dicta su significado, se organiza de acuerdo con un sentido de identidad, que aunque puede desarrollarse en uno u otro sentido, no está fácilmente sujeto a cambio. La PCP ve la resistencia como una construcción del terapeuta cuando el cliente activa mecanismos de protección de su estructura nuclear que impiden el cambio. Se sugiere que este fenómeno permite comprender mejor el sentido de esta identidad que el sujeto esta protegiendo, y que ello puede permitir proponer otros cambios que respeten, o sean compatibles con dicha identidad.

Palabras clave: *constructos personales, resistencia, psicoterapia, identidad, cambio.*

Notas

- ¹ La palabra “resistencia” se incluye entre comillas para destacar que no denota una realidad clínica existente sino una construcción del terapeuta.
- ² Podemos ver el paralelismo entre Kelly y el *pantha rei* de Heráclito.
- ³ La noción de “réplica” tiene un significado preciso en psicología experimental, y se refiere a los experimentos que se realizan para probar la validez de una determinada investigación. Es decir, se realizan experimentos similares que tratan de “replicar” los resultados obtenidos por un determinado investigador.
- ⁴ Para los psicólogos existenciales cada decisión no se considera como completamente independiente de otras decisiones. Es una visión ingenua del existencialismo la que sostiene únicamente que se exalte la vida en el momento, sin considerar de dónde viene cada persona y hacia dónde va. Por ejemplo, si una persona pretende ser un psicólogo, tendrá que enlazar muchas decisiones juntas. Cada decisión particular puede estar bien hecha para el futuro, en el sentido de que abre el camino para las nuevas experiencias, pero no obstante, se distinguirá una direccionalidad general. Al tomar decisiones, están participando los recuerdos de las decisiones pasadas y la imaginación sobre decisiones futuras.
- ⁵ Según la *hipótesis de la ejemplificación* percibimos como amenazadora a una persona si parece encarnar lo que esa persona fue una vez pero ya no es. También una persona será percibida como amenazante si espera que nos comportemos como lo hacíamos anteriormente (*hipótesis de la expectación*).
- ⁶ Leitner (1985) distingue entre relaciones de ROL, que suponen un compromiso de intimidad, y las relaciones de rol, basadas solamente en convenciones sociales.
- ⁷ De modo anecdótico, Winter (1989a, p. 2) relata la confesión de Rilke que “rehusó iniciar un psicoanálisis con el fin de expulsar a sus demonios, no fuese que también le abandonasen sus ángeles.”
- ⁸ Landfield (1980, p. 295) relata el caso de un paciente severamente perturbado que le dijo, “me gustaría ser más maduro y responsable; resolvería montones de problemas. Pero me sentiría solo como Cristóbal Colón... Es mejor ser lo que soy ahora. No me gusta como soy, pero sé quién soy.”
- ⁹ Kelly asume implícitamente el tema *perspectivismo vs. literalismo*, al entender que “trascender lo

- obvio, éste es el problema psicológico básico” (citado en Landfield, 1980, p. 294).
- ¹⁰ Watzlawick *et al.* (1974, p. 2) sostienen que “la tendencia ha sido a contemplar la persistencia y la invarianza como el estado ‘natural’ o ‘espontáneo’, que se daba por supuesto y que no necesitaba explicación, y el cambio como el problema a explicar; o bien se tomaba la posición inversa...”

Referencias bibliográficas

- BOTELLA, L. & FEIXAS, G. (1998). *Teoría de los constructos personales: Aplicaciones a la práctica psicológica*. Barcelona: Laertes.
- DRYSDALE, B. (1989). The construing of pain: a comparison of acute and chronic low back pain patients using the repertory grid technique. *International Journal of Personal Construct Psychology*, 2, 271-86.
- EPTING, F. & AMERIKANER, M. (1980). Optimal functioning: Personal construct approach. En A. W. Landfield y L. M. Leitner (Eds.), *Personal Construct Psychology: Psychotherapy and Personality*. New York: Wiley.
- FEIXAS, G. & CORNEJO, J. M. (1996). *Manual de la Técnica de la Rejilla mediante el Programa Record v. 2.0*. Barcelona: Paidós.
- FEIXAS, G. & VILLEGAS, M. (1993). *Constructivismo y psicoterapia*. (2ª ed.) Barcelona: Promociones y Publicaciones Universitarias. S.A. (existe tercera edición, del 2000, en Desclee de Brouwer, Bilbao).
- FRANSELLA, F. (1970). ...And then there was one. En D. Bannister (Ed.) *Perspectives in personal construct theory*. London: Academic Press.
- FRANSELLA, F. (1972). *Personal change and reconstruction: Research and treatment of stuttering*. London: Academic Press.
- FRANSELLA, F. (1993). The construct of resistance in psychotherapy. En Leitner, L. & Dumet, N. G. (1993). *Critical issues in personal construct psychotherapy*. Malabar, Florida: Krieger.
- FRANSELLA, F. & BUTTON, E. (1983). The construing of self and body size in relation to the maintenance of weigh gain in anorexia nervosa. En P. L. Darby (Ed.), *Anorexia Nervosa: Recent Developments in Research*. New York: Liss.
- HINKLE, D. N. (1965). *The change of personal constructs from the viewpoint of a theory of implications*. Tesis doctoral no publicada. Ohio State University.
- KELLY, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*. New York: W.W. Norton.
- KELLY, G. A. (1966/1970). Behavior is an experiment. En D. Bannister, (Ed.), *Perspectives in personal construct psychology*. Londres: Academic.
- KELLY, G. A. (1977). The psychology of the unknown. En D. Bannister (Ed.) *New perspectives in personal construct theory*. London: Academic.
- KELLY, G. A. (1980). The psychology of the optimal man. En Landfield, A. W. and Leitner, L. (Eds.), *Personal Construct Psychology: Personality and Psychotherapy*. New York: Wiley.
- KELLY, G. A. (1989). La construcción humana de las alternativas. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*. Nº 26. (Obra original publicada en 1958).
- LANDFIELD, A. W. (1980). The person as perspectivist, literalist, and chaotic fragmentalist. En Landfield, A. W. and Leitner, L. (Eds.), *Personal Construct Psychology: Personality and Psychotherapy*. New York: Wiley.
- LANDFIELD, A. W. & LEITNER, L. M. (1980). Personal construct psychology. En Landfield, A. W. and Leitner, L. (Eds.), *Personal Construct Psychology: Personality and Psychotherapy*. New York: Wiley.
- LEITNER, L. M. (1985). The terrors of cognition: On the experiential validity of Personal Construct Therapy. En Bannister, D. (Ed.), *Issues and Approaches in Personal Construct Therapy*. London: Academic.
- LEITNER, L. M. & GRANT, C. H. (1982). Obesity, personal constructs, and amount of weight loss. *Psychology Reports*, 50, 491-8.
- LEITNER, L. M. & STANDIFORD, T. (1993). Resistance in experiential personal construct psychotherapy: Theoretical and technical struggles. En Leitner, L. & Dumet, N. G. (Eds.), *Critical issues in personal construct psychotherapy*. Malabar, Florida: Krieger.
- McCOY, M. (1977). A reconstruction of emotion. En D. Bannister (Ed.), *New perspectives in personal construct theory*. London: Academic.
- NEIMEYER, R. A. (1985). Personal constructs in the clinical practice. En R. C. Kendall (Ed.), *Advances in cognitive-behavioural research and therapy* (vol. 4), New York: Academic.
- NEIMEYER, R. A. (1989a). Orientación a la terapia de constructos personales. En R. Neimeyer y G. Neimeyer,

- (Eds.), *Casos de terapia de constructos personales*. Bilbao: DDB.
- NEIMEYER, R. A. & FEIXAS, G. (1989). Trastornos en el proceso de construcción: Implicaciones psicopatológicas de los corolarios kellianos. *Revista de psiquiatría y psicología humanista*, 26, 52-69.
- ROWE, D. (1978). *The experience of depression*. Chichester: Wiley.
- STEFAN, CH. and LINDER, H. B. (1985). Suidice, an experience of Chaos and Fatalism: Perspectives from Personal Construct Theory. En Bannister, D. (Ed.), *Issues and Approaches in Personal Construct Therapy*. London: Academic.
- TSCHUDI, F. (1977). Loaded and honest questions: A construct theory view of symptoms and therapy. En D. Bannister (Ed.), *New Perspectives in personal construct theory*. London: Academic Press.
- VILLEGAS, M. & FEIXAS, G. (1989). Un marco conceptual para la Psicología de los Constructos Personales. *Revista de psiquiatría y psicología humanista*, 26, 5-18.
- WATZLAWICK, P., WEAKLAND, J. & FISCH, R. (1974). *Cambio*. Barcelona: Herder, (1976).
- WINTER, D. (1989a). La psicoterapia de constructos personales como una alternativa radical al entrenamiento en habilidades sociales. En R. Neimeyer y G. Neimeyer, (Eds.), *Casos de terapia de constructos personales*. Bilbao: DDB.
- WINTER, D. (1989b). Resistance to therapy: Stubborn opposition or constructive choice? Paper presented at 1st European Conference on Psychotherapy Research. Bern.
- WINTER, D. (1989c). An alternative construction of agoraphobia. En K. Gournay (Ed.), *Agoraphobia: Current perspectives on theory and treatment*. London: Routledge.
- WINTER, D. (1990). *Personal construct psychology and clinical practice*. London: Croom Helm.
- WINTER, D. & GOURNAY, K. (1987). Constriction and construction in agoraphobia. *British Journal of Medical Psychology*, 60, 233-34.