

# COMENTARIO DE LIBROS

## CONSTRUCTIVISMO EN PSICOTERAPIA

Neimeyer, R.A., y Mahoney, M.J. (1998).

Barcelona: Paidós

---

Teniendo en cuenta la demanda creciente de literatura sobre psicoterapia constructivista en español, cabe recibir con entusiasmo la traducción a nuestro idioma de esta obra publicada originalmente en lengua inglesa por la American Psychological Association (1995). El carácter fundacional del libro en general y de su *primera parte* en particular, permite contextualizar la evolución de las psicoterapias constructivistas hasta la fecha y vislumbrar dónde situará el futuro a los psicoterapeutas constructivistas, y quienes podrían llegar a ser nuestros compañeros de viaje.

Al inicio del libro Robert Neimeyer propone una definición de psicoterapia que nos agradó por su elegante simplicidad: “un rico y sutil intercambio y negociación de significados (inter)personales” (p.18). El hecho de no hacer referencia a cuestiones de efectividad, manualización, y/o resultados de investigación controlados, no significa que el constructivismo sea anticientífico, sino que se alinea con una concepción del conocimiento post-racionalista y posmoderna. El capítulo inicial de Robert Neimeyer ilustra claramente este punto, y aporta una completa revisión de las principales contribuciones constructivistas a la investigación en psicoterapia.

Mientras el capítulo de Robert Neimeyer en esta primera parte se focaliza en los fundamentos conceptuales del constructivismo en psicoterapia, el capítulo de Michael Mahoney, se centra en sus fundamentos históricos. Visto en este contexto, el constructivismo no aparece como un resultado final, producto de una única mente, sino como el reflejo de un *zeitgeist* global y emergente en el extenso dominio de la psicología. De este modo, resulta complicado establecer una distinción clara entre las diferentes formas de constructivismo en psicología, y esto es lo que pretende William Lyddon en su capítulo a partir de la combinación de la taxonomía de visiones del mundo propuesta por Pepper (1942) y las causas aristotélicas. Además, tanto Lyddon como Mahoney identifican algunas fuentes de lo que Robert Neimeyer denomina «tensiones internas en el movimiento constructivista» (p. 50), y consideran dichas tensiones como una forma de crecimiento y diferenciación, un

signo de apertura al diálogo y de madurez del constructivismo.

En la *segunda parte* se presenta la psicoterapia como un espacio para el cambio personal profundo, a la vez que se establece una aproximación a los objetivos de la psicoterapia constructivista y del proceso psicoterapéutico. El capítulo de Greg Neimeyer describe el proceso de la psicoterapia constructivista desde el punto de vista de la *exploración*, elaborando algunas de las implicaciones clínicas de dicha metáfora, y distinguiendo el proceso psicoterapéutico constructivista del cognitivo-racionalista. Por su parte, Vittorio Guidano —igual que el resto de los autores de los capítulos de este libro— considera la exploración como el principal objetivo de la psicoterapia constructivista. Guidano propone una aproximación a dicha psicoterapia centrada en la dinámica de desarrollo del sí mismo y dirigida a fomentar la auto-observación o «capacidad para diferenciar entre la experiencia inmediata y su explicación más reflexiva» (p. 135). En este sentido, Guidano demuestra que el psicoanálisis no es la única aproximación terapéutica interesada en el origen evolutivo de los trastornos presentes. Tal objetivo puede ser elegantemente integrado en la terapia constructivista, desde un punto de vista hermenéutico, más centrado en el cliente, sin focalizar en conceptos teóricos predefinidos ni en etapas evolutivas, sino atendiendo al análisis (orientado al proceso) de patrones de vinculación y de la dinámica de desarrollo del sí mismo. En la misma línea, Leslie Greenberg y Juan Pascual-Leone proponen que, para promover un cambio duradero, el foco de la terapia constructivista debería consistir en un proceso dialéctico continuo «entre dos flujos de conciencia: explicación y experiencia directa» (p. 149). Además, ambos autores introducen una novedad al contemplar —según la teoría de los operadores constructivos desarrollada por Pascual-Leone— la dialéctica entre las estructuras informacionales y los recursos innatos de procesamiento de dicha información en la construcción de la experiencia.

La *tercera parte* se dedica a aquello que consideramos uno de los desarrollos recientes más prometedores en las psicoterapias constructivistas: el giro narrativo. El hecho de considerar la vida como un proceso en el que se construye una narrativa del sí mismo personalmente relevante equivale a considerar las dificultades psicológicas como bloqueos evolutivos en dicho proceso en lugar de considerarlas como trastornos o enfermedades mentales. Así, la psicoterapia es vista como un espacio para la co-edición de historias de vida que ofrezcan más alternativas de acción, más viables y progresivas, y el psicoterapeuta aparece como un co-investigador de los significados de la vida. En esta tercera parte, Oscar Gonçalves elabora una revisión de la historia reciente de la psicología en general y de la psicoterapia en particular, llegando a la conclusión que el sí mismo se ha convertido en un concepto proactivo en las teorías psicológicas, pasando de ser un simple objeto en las teorías conductuales a un proyecto narrativo en las constructivistas. Por su parte, Robert Neimeyer ejemplifica cómo con el uso de técnicas narrativas en psicoterapia constructivista se puede promover un incremento de conciencia

sobre los límites de uno mismo, la trascendencia gradual de dichos límites, y la articulación de las dimensiones emocionales del problema del cliente.

En la *cuarta parte* se hacen explícitas las comunalidades existentes entre las psicoterapias constructivistas tradicionalmente intrapsíquicas y las terapias sistémicas interpersonales. Desde el constructivismo radical, el capítulo de Jay Efran y Robert Fauber, escrito en forma de diálogo, responde a las cuestiones más frecuentes sobre el constructivismo en psicoterapia, evitando la trampa solipsista del constructivismo radical y haciendo especial énfasis en desalentar la actitud del «todo vale» en terapia constructivista. Por su parte, Guillem Feixas establece un puente entre la Psicología de los Constructos Personales y la terapia sistémica. De acuerdo con Feixas, las dos perspectivas parten de asunciones epistemológicas constructivistas, y por este motivo la integración entre ambas perspectivas es viable a niveles subordinados. Aquello que destacamos de la aportación de Feixas es el hecho que ambas orientaciones parecen enriquecerse con esta fertilización mutua. La perspectiva sistémica gana en sensibilidad hacia el significado y el proceso de construcción del mismo, mientras que la Psicología de los Constructos Personales incrementa su sensibilidad hacia el *locus* social e interpersonal del proceso de validación/invalidación. En el capítulo que cierra esta cuarta parte, David Epston y Michael White cuestionan la visión tradicional de la terminación de la psicoterapia como pérdida a elaborar y proponen la metáfora alternativa de la psicoterapia como rito de paso, para presentar después algunas estrategias prácticas que faciliten la inclusión de esta metáfora en la práctica clínica. Así, la terminación se entiende dentro del contexto más amplio de reincorporación al orden cultural y social.

La *quinta parte* cierra el libro con algunas reflexiones sobre la psicoterapia constructivista y la persona del terapeuta constructivista. En el primer capítulo de esta última parte, Larry Leitner explora un concepto sumamente importante en la relación terapéutica—la distancia terapéutica óptima. La fuerza de este capítulo reside en el tono vivencial del escrito, que evita proporcionar un recetario sobre el mantenimiento de la distancia terapéutica óptima. En el capítulo de Stephanie Harter se elaboran, mediante el uso de elementos mitológicos y metafóricos, las dificultades del trabajo con clientes diagnosticados de trastorno de personalidad *borderline*. Asimismo, Harter destaca la importancia de validar al cliente *borderline* como constructor activo de significados y de acompañarle en la exploración de sus cuestionamientos vivenciales. Finalmente, Michael Mahoney concluye el libro con uno de los capítulos que consideramos más relevantes de la totalidad de la obra. Trata los retos existenciales del terapeuta constructivista, así como algunos aspectos éticos de la práctica constructivista, mediante un elegante equilibrio entre la sofisticación epistemológica y la sensibilidad poética, que es en sí mismo una metáfora de las virtudes más apreciadas del constructivismo en psicoterapia.

En conclusión, este libro se puede considerar como una piedra angular del pensamiento constructivista aplicado a la psicoterapia, y como una fuente de

alternativas para un trabajo psicoterapéutico integrador, creativo y respetuoso con los procesos psicológicos tanto del cliente como del terapeuta.

Luis Botella y Meritxell Pacheco  
Facultat de Psicologia i Ciències de l'Educació Blanquerna  
Universitat Ramon Llull, Barcelona

### **Referencias bibliográficas**

- Neimeyer, R.A., & Mahoney, M.J. (1995). *Constructivism in psychotherapy*. Washington: American Psychological Association.
- Pepper, S. (1942). *World hypotheses*. Berkeley: University of California Press.