

## La psicoterapia en sus aspectos epistemológicos, éticos y deontológicos

Prof. Psic. Yaír Hazán

Resulta paradójico que al hacer una abordaje de la psicoterapia adleriana desde la ciencia debamos definirla como un arte, es el arte de ayudar a modificar actitudes y pensamientos, que se imbricaron erróneamente en un estilo de vida con el alimento de los sentimientos...

La psicoterapias, en cuanto aplicaciones de la psicología, han tenido desde siempre un divorcio entre la teoría y la práctica. Para citar un modelo, a efectos de tomar distancia para facilitar cierta objetividad, recordemos que cuando el ex psicoanalista Perls, fundó la psicoterapia gestáltica, no tuvo prácticamente en cuenta a los grandes teóricos de la Gestalt como Wertheimer, Kohler y Kokfa, enunciando que le debía más a Stalnavsky que a los recién citados. Aquí nos encontramos con una técnica escindida de la teoría. No es el único caso. Los antecedentes hay que buscarlos en el árbol de Descartes, cuyas raíces son la metafísica, el tronco la ciencia y sus ramas, la ciencia aplicada (la técnica) Se puede producir un corte en cualquiera de las tres alturas. También es necesario saber que de las grandes teorías troncales, diariamente surge una nueva técnica, según una investigación norteamericana reciente. Por ello Kunkel se había adelantado a estas circunstancias explicando que “hoy, una sola técnica, es un error de técnica”.

Creo necesario, en esta instancia de los adlerianos, reafirmar la frase que integra el logotipo de nuestra asociación local: *Iter unus, iter nullus*. (un solo camino es camino nulo). Es el antídoto del sectarismo. Tiene dos vertientes históricas: una la respuesta que le dio Símaco el pagano a San Ambrosio, cuando discutían la validez simultánea de las diversas religiones. Símaco, no aceptando que el cristianismo fuera la religión única le dijo a su interlocutor: “*Uno itinere non potest venire ad tam grande secretum*”. La otra vertiente es el derecho romano que reza “*testis unus, testis nullus*” (un solo testigo, es testigo nulo). Esto explica nuestra aceptación de la diversidad y certifica, configura y defiende nuestra identidad.

También es frecuente la confusión entre la ciencia y la técnica. Recuerdo una conversación entre Jean Paul Sartre y Simone de Beauvoir, cuando ésta dice que ha sido vencida por la ciencia y Sartre le responde: “No, a usted la ha vencido la técnica”.

Toda psicoterapia entraña una ética (del griego *ethos*) que significa nada más que costumbre. Lo mismo ocurre con la moral, cuya raíz latina (*mos, moris*) también significa costumbre. Obviamente esto es valorado en el seno de una sociedad determinada y en una época determinada. Con sus implicaciones relativistas y humanistas.

La ética a su vez, está sustentada por otra disciplina filosóficas, la axiología o teoría de los valores, en adicción a la ontología. Esto es enunciado así para no caer en el intrínquilis tautológico de que “el ser es y los valores valen...” En el caso singularísimo de la psicoterapia que hoy nos congrega, ésta está basada en el valor de la solidaridad, o sentimiento de comunidad (*Gemeinchtsgefühl*), concepto con el que Adler recién

venido de la Primera Guerra Mundial sorprendió a los psicólogos nietzscheanos, con el argumento: “Precisamente eso es lo que necesita el mundo, un sentimiento de comunidad”.

Por debajo, y estoy tentado a decir “más profundamente”, de la ética, se encuentra la deontología. Esta es la asignatura siempre pendiente, que dice **el qué hacer**, son el conjunto de normas, a menudo no escritas, que guían nuestro accionar como psicoterapeutas. Se trata de los deberes, para con el paciente, o el que trabaja con nosotros, para con la sociedad y para con los colegas. En ese orden y no otro.

Epistemológicamente, en este congreso estamos convocados por el apotegma de Adler: “Todo puede ser de otra manera”. No corresponde que insista en esto porque el brillante mensaje del Dr. Giuseppe Ferrigno, en ese punto me dejó sin tema. Baste agregar que esto no es una postura epistemológicamente nihilista que pueda avalar el “todo vale”, al que en algún momento polémico se refirió Feyrabend. Vamos tomando distancia del positivismo decimonónico con el que se enredó Freud y del que es todavía prisionero el conductismo, aún aun su *aggiornamento* cognitivo – comportamental, doble caída en el dualismo cartesiano. La psicoterapia adleriana, por otra parte, hunde sus raíces en el constructivismo y el holismo, con fuertes analogías con Kant, Smuts y el mismo Piaget. Todo esto porque como bien explica Dreikurs, Adler se adelantó cincuenta años a la ciencia de su tiempo. Estamos en el campo de la interpretación de la realidad, como metáfora, obviamente, porque el estudio de la realidad en sí, es jurisdicción de la metafísica. Mucho de esto encontramos en la sólida ponencia de Titze “La lógica de los sentimientos”.

La carta de independencia de la psicología individual “El carácter neurótico” cuenta con un epígrafe de Séneca: “Todo depende de las opiniones, uno es tan desgraciado como crea serlo”. Entonces la psicoterapia consiste en ayudar a cambiar de opinión, pero como esta está fijada con la estructura cognitiva con el adhesivo de los afectos, nos se puede lograr sin el aliento y el insight que son dos grandes componentes de nuestro procedimiento psicoterapéutico. Acá procedemos científicamente (*episteme* en oposición a *doxa*) que desde el idealismo platónico ha dividido el mundo del conocimiento.

Anatole France, hace ya casi un siglo le decía a la juventud en Buenos Aires de su convencimiento de que el pentagruelismo (posición de Rabelais) es la mejor filosofía, porque está fundada en los dos polos del alma humana: la ciencia y el amor. Agregaba como consejo que no fueran prudentes que no fueran moderados, que fueran osados. Esto tiene que ver con el **coraje** que es necesario para vivir y que es lo que le falta al paciente, “toda neurosis es cobardía” afirmó Adler. France invitaba a soñar, argumentando que sin el ensueño no hay ciencia, no hay sabiduría. El ensueño y el sueño, adlerianamente, son ensayos para una actividad futura. Pensaba esto al oír al Dr. Duarte hablándonos de la eficacia terapéutica del ensueño dirigido, que tiene connotaciones adlerianas implícitas, en especial desde la concepción de la anticipación.

Aunque todo vaya bien en un proceso terapéutico, nos encontramos con constructos insoslayables como la resistencia y la transferencia, donde la primera es el temor al cambio o el conservadurismo del estilo de vida, y la segunda, una fijación al pasado, en particular a la infancia.

El modelo terapéutico que nos ocupa apunta a la singularidad del ser humano, en el entendido de que cada hombre es una historia, pero esto no se agota en el postulado narrativo de Bruner, por eficaz que sea. Se tiene en cuenta siempre la totalidad. Aquí hay un ir más lejos, establecer la distancia entre ciencia. y sabiduría. La ciencia es detallismo y análisis, mientras que la sabiduría es síntesis y visión de conjunto. Se pueden analizar químicamente todos los óleos de un lienzo de Goya y escapársenos por completo el mensaje del pintor. Como la sabiduría viene (a veces) acompañada por los años, puede ser esta la causa por la que Kunkel esperaba que el psicoterapeuta no fuera demasiado joven... Kunkel también nos legó los tres grandes votos del silencio, aparte de el de confesión quiero destacar deontológicamente, el compromiso de no clasificar, de seguir aprendiendo y ser un artista.

Un aspecto esencial como objetivo psicoterapéutico es la responsabilidad: “Nosotros que nos sentimos responsables, pues comprendemos”, como enunciaba Adler poco antes de su muerte, nos hace pensar en los antecedentes en Dilthey que proponía como método la comprensión, especificando que “comprender es penetrar” y que el mortero era inseparable de la mano, para seguir siendo un mortero...

Algunos nos preguntaron cómo nos llegó a nosotros la psicología de Adler. Nos vino de Ansbacher, con los aportes difusores de Mira y López, Bela Szekely y Jaime Bernstein y después fuimos esclarecidos por la lectura de Dreikurs. Todos estos generan en su tangencia, una psicología profunda, darwiniana y optimista, como la filosofía de Hegel, Marx y sobre todo Trotsky que fue el inspirador de adlerianos relevantes en América Latina como Otto y Alice Ruhle.

En gruesa síntesis, el psicoterapeuta realiza un servicio (esa es la etimología, bizarramente helénica), y es un artista, pero también es un educador, de ahí la importancia de la prevención o psicohigiene. Por eso acertadamente documenta Hans Hoff que Adler inauguró la medicina psicosomática moderna, que fue un precursor de la psicología social y de la higiene mental, además de fundar la psicoterapia de grupos.

Si hay algo muy exclusivo, muy nuestro, muy adleriano, es el mirar hacia delante. Recuerdo que en mi adolescencia leí al conservador argentino (después revolucionario) Solano Lima quien decía que recordar de vez en cuando siempre es bueno, porque todo enseña, pero hay que hacerlo sin maldades, sin resquemores sin resentimientos. Desde la otra punta, Trotsky ya había explicado que “quien se inclina ante el peso de los hechos consumados es incapaz de preparar el porvenir”. El Pedagogo Paulo Freyre, que no sé si alguna vez leyó a Adler, pero tiene marcadas coincidencias con él, manifestaba que “el drama de los conservadores es que no pueden concebir que las cosas puedan ser mejores”. Pensemos en la consigna que preside este congreso: “Todo puede ser de otra manera”. Esa era la fórmula que Adler oponía a los absolutismos.

En la psicología individual, repitamos una vez más que nos significa egoísmo, ni individualismo sino indivisible, hay una revalorización de la conciencia y la responsabilidad. Estas son algunas de las vertientes luteranas de Adler que nos hacen recordar las palabras de Lutero frente a la Dieta de Spira: “Obrar contra la conciencia no es ni seguro ni honrado”. Y me imagino el estupor del monje agustino cuando el inquisidor le dice: “hermano Martín, abandona la conciencia y refúgiate en la obediencia”. Parece que el duelo sigue vigente entre conciencia y obediencia.

En síntesis, el modelo psicoterapéutico es artístico, no mecanicista, ni biologicista. Koestler señalaba que el cerebro es la computadora más compleja de la galaxia pero la usamos como un ábaco. Metafóricamente, el que nos enseña el buen uso no es la técnica solamente sino el arte, que como decían los antiguos, requiere del individuo entero.

El pasaje por la psicoterapia, es también el pasaje por las distintas disciplinas filosóficas, cuanto menos conscientes de eso seamos, peor. Por ejemplo Titze corrige a Freud en la instancia del yo como principio de realidad. Titze sostiene que debería llamarse principio de normalidad y tiene razón, porque la normalidad es estadística e hipotética, mientras que la realidad es un objeto de estudio de la metafísica.

Sin bien en la psicoterapia, debemos actuar sin prisas y sin fobias (*sine ira et studio*, como les gustaba decir a los latinos) no debemos olvidar que la vida corre cada vez más de prisa, como nos muestra la tecnología, por eso es válido el aforismo de Adler para los indecisos: “Quien demora demasiado en hacer algo, ya ha decidido no hacerlo”.

Para cerrar, digamos que para conocer la psicoterapia adleriana debemos conocer otras psicoterapias, a efectos de compararla y mejorarla, y no caer en aquello que nos mostró Machado: “Desprecian cuanto ignoran”.

Como el que ha pasado por una psicoterapia debe haber aumentado el sentimiento de comunidad, permítaseme concluir con aquellas palabras de John Donne que Ernest Hemingway colocó al comienzo de su novela sobre la guerra civil española: “Nadie es una isla completo en sí mismo. Cada hombre es un pedazo del continente, una parte de la tierra firme, y si el mar se lleva una porción de tierra, toda Europa queda disminuida, lo mismo que si se tratase de un promontorio, o la casa de tus amigos o la tuya propia. Con la muerte de un hombre cualquiera quedo yo disminuido, porque estoy incluido en la humanidad. No envíes pues a preguntar por quien doblan las campanas, doblan por ti”.