



UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO

U.N.R

Facultad de Psicología

Trabajo Integrador Final

Título: Psicoterapias y Psicoanálisis. Una aproximación –posible- a un rasgo particular que orienta algunas prácticas Psi.

Autor: Marcos Gleadell

Legajo: G-2404/0

Docente Responsable: Soledad Ríos

-2018-

Agradecimientos

A Soledad Ríos quien me oriento durante todas mis idas y vueltas en la escritura.

A Olga Waisman por transmitirme otro sentido de la práctica.

A mis compañeras por guardarme un lugar junto a ellas.

A mi familia y amigos, que a pesar de las distancias siempre están presentes.

A Belén Escalada mi eterna compañera.

Índice

Resumen.....	pág. 4
Introducción.....	pág. 5
Sobre una definición que elude la diferencia.....	pág. 6
De la pregunta por el conocimiento a lo desconocido por el yo.....	pág. 7
¿Es posible orientar al Hombre?.....	pág.10
Algunas cuestiones comunes en las Psicoterapias.....	pág. 12
La conciencia con Descartes y la subversión Freudiana.....	pág. 13
Momento de concluir.....	pág. 15
Bibliografía.....	pág. 17

Resumen

En el presente ensayo despliego una de las posibles respuestas acerca de la diferencia entre las disciplinas Psi. Mi interés se orientó en responder en relación a ciertas condiciones que habilitan o no a una determinada práctica. Estas no pueden ser planteadas por fuera de su contexto histórico de producción, de sus relaciones ideológicas, como así también de sus relaciones políticas y por lo tanto económicas. Hay un rasgo que se recorta de estas condiciones: la concepción de hombre.

Según como se construya este rasgo en tanto objeto de estudio, determina un modo específico de práctica.

Tomo dos enfoques psicoterapéuticos que han tenido un gran peso dentro del campo Psi y que mantuvieron un vínculo en sus comienzos con el Psicoanálisis.

El primero es la Psicoterapia Cognitiva la cual se desprende de la Psicología Cognitiva. La segunda es la psicoterapia Gestáltica. Esta terapia se nutre principalmente de la Psicología Gestáltica y del Psicoanálisis.

En ambas se encuentra un acento en la conciencia. Esta noción es desarrollada por Descarte en la modernidad.

Las psicoterapias centradas en las funciones de la conciencia, tienen por efecto una práctica heterogénea a la Psicoanalítica. Esta última situó sus investigaciones alrededor de la neurosis, lo Inconsciente y la sexualidad produciendo un descentramiento de la conciencia.

A partir de lo expuesto cabe preguntarse si las psicoterapias, preocupadas por el mero tratamiento, no terminarían desconociendo la complejidad de los síntomas, reproduciendo de esta manera el mismo desconocimiento que traen los sujetos que acuden en busca de su ayuda.

Palabras clave:

Psicoterapias - Psicoanálisis - Prácticas - Conciencia - Inconsciente

Introducción

En el presente ensayo despliego una de las posibles respuestas que fui construyendo a partir del cursado de la carrera de Psicología en la Universidad Nacional de Rosario y los encuentros con familiares y amigos durante el transcurso de la carrera. Entonces, en relación a estos “otros” que ubicados en el lugar de legos -siguiendo la apreciación freudiana (Freud, 1992)- me preguntaban acerca de los distintos quehaceres de las prácticas Psi, en particular por las psicoterapias y por el psicoanálisis. Pregunta que con recurrencia se dirigía a la diferencia entre las disciplinas Psi, pero que más allá de interpelarme, no determinaba el camino por el cual elaborar una respuesta, al menos aproximativa.

A partir de allí mi interés se orientó en responder, más que por el hacer en sí mismo, en circunscribirlo en relación a ciertas condiciones que habilitan o no a una determinada práctica. Tomo como marco de referencia mi recorrido por la facultad de Psicología y con ello afirmo que no es posible plantear las condiciones de una práctica Psi por fuera de su contexto histórico de producción, de sus relaciones ideológicas, como así también de sus relaciones políticas y por lo tanto económicas.

Hay un rasgo que me interesa tomar ya que me parece fundamental en tanto que caracteriza de manera particular a una práctica y se recorta de estas condiciones antes nombradas. Dicho rasgo es la concepción de hombre, en tanto objeto de estudio, pesquizable a través de las definiciones y enunciados teóricos de las prácticas Psi.

Según como se construya a éste rasgo singular en tanto objeto de estudio, es que habilita y determina un modo específico de práctica. Además me permite realizar una comparación más clara entre las disciplinas Psi sin yuxtaponer de manera forzada las nociones generales de estas.

Ahora bien, abordar los diferentes modos de concebir al hombre nos lleva indefectiblemente a indagar el campo teórico, epistémico y práctico en el cual se despliegan dichas disciplinas, y por lo tanto el cruce o no entre ellas.

Al “hombre” como noción, lo podemos pensar como el resultado de la articulación de distintos aspectos incluidos y excluidos, o silenciados en los objetos de estudio de las psicoterapias y el psicoanálisis, a partir de sus contextos de producción y las definiciones conceptuales desarrolladas por estos. Aspectos que se articulan en lo discursivo y que a decir de Foucault son “[...] *controlados, seleccionados y redistribuidos por un cierto número de procedimientos que tienen por función conjurar los poderes y peligros, dominar el acontecimiento aleatorio y esquivar su pesada y temible materialidad*” (Foucault, 1992 :11).

Es así que por lo antedicho en este ensayo se abordan ciertos enunciados en los que se pueda situar la concepción de hombre para tomar los aspectos que se incluyen o excluyen dentro de la misma y de esta manera aislar ese rasgo idiosincrático.

Si partimos desde el Psicoanálisis, vale aclarar que Freud no conceptualiza la noción de hombre de manera directa sino que lo utiliza como término pero no como concepto a desarrollar de manera específica. Sin embargo, esto no detiene mi interés, sino que lo potencia en dar una respuesta desde una perspectiva particular, es decir, alrededor de un rasgo singular. En su búsqueda pude encontrar que es a propósito de la neurosis que el edificio teórico del Psicoanálisis se erige, y a partir de ello puede situarse qué es lo que hace a esta práctica como quehacer, algo distinto de la psicoterapia. Diferencia que podemos hallar principalmente en la noción de lo Inconsciente, hipótesis necesaria y legítima que le permitió a Freud abordar distintos fenómenos, producir desarrollos técnicos y especialmente explicar a la neurosis desde un ángulo incomparable al de sus contemporáneos. Es a partir de la indagación de la relación entre la neurosis, el inconsciente y la sexualidad que se conforma una concepción de hombre totalmente distinta a aquella centrada en lo consciente y la evidencia, dos aspectos comunes en las Psicoterapias, los cuales serán abordados a lo largo de este ensayo.

Ahora bien, con respecto a estas últimas, tampoco se encuentra una noción de hombre específica, más bien hay nociones sobre individuos, sus conductas,

personalidades, emociones, sensaciones y pensamientos o creencias. Por lo tanto nos encontramos con discursos que engloban distintos aspectos y como todo discurso, tiene por efecto la materialización en prácticas, produciendo dentro del campo Psi una modalidad singular de abordaje y tratamiento de los sujetos.

Sobre una definición que elude la diferencia

Es a partir de mi tránsito por la asignatura “Psicoterapias” de la carrera de Psicología de la U.N.R., y las definiciones dadas en la misma acerca de la práctica homónima, que me interesa retomar dos definiciones desplegadas en dicha asignatura por ser pertinentes a este ensayo.

Una de las definiciones que selecciono corresponde a la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP) y la otra es tomada del concepto de “Dispositivo” de Michel Foucault.

Ambas definiciones tienen una implicancia doble, por un lado responden a la manera en que académicamente se presenta en la asignatura “Psicoterapias” a las Psicoterapias dentro de la Facultad de Psicología. Y en segundo lugar, particularmente en la definición de la FEAP, encuentro una generalización que homogeniza las distintas prácticas en la cual el Psicoanálisis queda incluido como una psicoterapia más, eludiendo en esta operación de anexión, toda diferencia, que lo particulariza, bajo la sombra de unos cuantos enunciados generales.

Es en ese sentido que a continuación despliego bajo el formato de citas, las definiciones que asume una y otra perspectiva:

Según la FEAP (FEAP, 1992) se entiende por psicoterapia:

todo tratamiento de naturaleza psicológica que, a partir de manifestaciones psíquicas o físicas del sufrimiento humano, promueve el logro de cambios o modificaciones en el comportamiento, la adaptación al entorno, la salud física y psíquica, la integración de la identidad psicológica y el bienestar bio-psico-social de las personas y grupos tales como la pareja o la familia.[...]

Para diferenciar de manera concisa al Psicoanálisis de las Psicoterapias, encontramos en el “Diccionario de Psicoanálisis” de Laplanche y Pontalis que el Psicoanálisis es definido allí como:

Un método de investigación que consiste esencialmente en evidenciar la significación inconsciente de las palabras, actos, producciones imaginarias (sueños, fantasías y delirios) de un individuo. [...]

Un método psicoterápico basado en esta investigación y caracterizado por la interpretación controlada de la resistencia, de la transferencia y del deseo.

Un conjunto de teorías psicológicas y psicopatológicas en las que se sistematizan los datos aportados por el método psicoanalítico de investigación y tratamiento.”

(Laplanche y Pontalis, 1996:316)

Aquí ya se evidencia una diferencia sustancial entre una práctica y otra. En ese sentido cabe aclarar que el Psicoanálisis no es un mero tratamiento psicológico, si no que implica un método de investigación acorde a su objeto de estudio, el inconsciente y no el comportamiento como nombra la definición de la FEAP, por lo tanto es en ese sentido que su fin no es adaptar a los sujetos al entorno, medio.

En segundo lugar, la asignatura Psicoterapia se define a sí misma como un dispositivo, y para ello adopta este concepto tal como Foucault lo define, es decir, como un conjunto heterogéneo, que comprende discursos, instituciones, instalaciones arquitectónicas, decisiones reglamentarias, leyes, medidas administrativas, enunciados científicos, proposiciones filosóficas, morales, filantrópicas. Los elementos del dispositivo

pertenecen tanto a lo dicho como a lo no dicho. El dispositivo es entendido como la red que puede establecerse entre estos elementos.

Parafraseando a Foucault, subrayo la importancia de la naturaleza del vínculo que puede existir entre estos elementos decididamente heterogéneos; pues entre ellos existe un juego, cambios de posición, modificaciones de las funciones que persigue.

El dispositivo tiene la función de responder a una urgencia en un momento histórico y en un contexto social dado. En tal sentido, tiene una posición estratégica dominante desde su génesis.

Uno de esos elementos que la asignatura Psicoterapias ubica como tal, es el marco epistemológico, filosófico y científico, es decir, una serie de representaciones y construcciones de sentido acerca de qué es la realidad, cuál es el sentido de la vida, qué es el ser humano, qué es la salud y la enfermedad, cuál es la noción de conflicto que supone y de qué modos puede actuar el psicoterapeuta para favorecer la restitución del bienestar o la disminución del sufrimiento.

Ya que hay alrededor de 400 enfoques terapéuticos y abordarlos en su totalidad sería una actividad innecesaria y eterna para los fines de este ensayo, tomare dos enfoques que han tenido un gran peso dentro del campo Psi y que a su vez, curiosamente, mantuvieron un vínculo en sus comienzos con el Psicoanálisis.

De la pregunta por el conocimiento a lo desconocido por el yo

Comenzando por la terapia cognitiva, me parece pertinente ubicar al lector en el contexto de surgimiento de la misma, es decir, en relación a los acontecimientos discursivos que dan lugar a dicha terapia.

La terapia Cognitiva está íntimamente vinculada con la Psicología cognitiva, a su vez esta última es una de las disciplinas que conjuntamente con la filosofía, la antropología y lingüística –entre otras- componen a la ciencia cognitiva. El interés de la ciencia cognitiva está centrado en la pregunta por el conocimiento y es a partir de ello que orienta sus desarrollos.

Esta pregunta de larga data, puede ser ubicada históricamente en el Menón de Sócrates, aun así es solo una de las coordenadas que podrían dar lugar a dicha pregunta. La importancia de ubicarlo allí radica en que los griegos han tenido una profunda influencia en la tradición intelectual occidental. Esta pregunta que tiene uno de sus puntos de origen en Sócrates - debe incluirse también a Platón y Aristóteles- tuvo una gran incidencia en la Edad Media, prosiguió con Descartes, Locke y Kant y un siglo después – ya con otras herramientas- es retomada por la ciencia cognitiva.

Ahora bien, estos “científicos de la mente” apuntan a comprender no solo a lo que se conoce (como objetos y sujetos), sino también a la persona que conoce, su aparato perceptual, los mecanismos de aprendizaje, memoria y racionalidad. Además se preguntan qué significa saber algo, tener una creencia exacta, o por el contrario equivocarse.

Si tuviéramos que caracterizar los empeños de dichos científicos cognitivos, podríamos hacerlo a través de cinco rasgos o aspectos que a decir de Howard Gardner (1987), suelen asociarse a los mismos. Parafraseando a dicho autor, estos son:

La creencia de que las representaciones mentales son de un nivel diferente del biológico- neurológico y sociológico.

En segundo lugar, para comprender la mente es fundamental la computadora, principalmente por los estudios que aporta y por la viabilidad como modelo del funcionamiento de la mente humana.

Un tercer rasgo -que conjuntamente con los que siguen conciernen a procedimientos metodológicos o estratégicos- es la exclusión de ciertos factores que, si bien influyen sobre el funcionamiento cognitivo, complicarían innecesariamente los estudios científicos; tales factores son los afectos o emociones, elementos históricos y culturales, y el lugar del contexto o antecedentes en los cuales se desenvuelven determinadas acciones o pensamientos.

Un cuarto rasgo es la tendencia a una ciencia unitaria y unificada borrando los límites de las disciplinas que conforman ese conjunto interdisciplinario que es la ciencia cognitiva.

Un quinto rasgo es el temario y conjunto de inquietudes que los epistemólogos de la tradición filosófica occidental han debatido durante largo tiempo, es decir, la ciencia cognitiva contemporánea asume la forma que tiene, debido a la tradición filosófica que se remonta desde los griegos.

Otro aspecto fundamental para la constitución de la terapia cognitiva es el vínculo entre la ciencia cognitiva y el conductismo, disciplina de la psicología encargada del estudio de la conducta.

En setiembre de 1948 un grupo de científicos se reúne en un simposio – Simposio de Hixon- en el Instituto de Tecnología de California, que tenía por temática “los mecanismos cerebrales de la Conducta”, es decir, la forma en que el sistema nervioso controla la conducta, pero los debates desbordaron la temática y llevaron a otras cuestiones emparentadas, tales como la analogía de la computadora y el cerebro, el procesamiento de la información del cerebro y la relación con el modo en que percibimos el mundo. Si bien hay un vínculo también hay diferencias, ya que a partir de que el conductismo no pudo explicar cuestiones relativas al lenguaje, se iniciaron otros estudios, lo cuales no serán abordados en este ensayo.

Hay que destacar que dicha disciplina se desarrolla durante una situación política mundial muy particular. La guerra contra el totalitarismo, al margen de sus desafortunados efectos, estimuló las actividades científicas y tecnológicas. Concretamente en Estados Unidos el empeño bélico reclamaba “*calculadoras que fueran capaces de masticar con mucha rapidez grandes conjuntos de numero*” (Gardner, 1987:31). Debido a ello es que la computadora tomó un papel preponderante en la agenda de la ciencia, especialmente con fines bélicos. Con esto quiero recalcar que hubo un respaldo tanto económico, como político a la hora de estimular distintas líneas de investigación, cuestión que no debe ser desconocida por ser parte de las condiciones de surgimiento de las disciplinas.

Si bien lo desplegado anteriormente son antecedentes de la ciencia cognitiva, interesan por ser parte de los fundamentos de la terapia cognitiva. Es recién en 1956 – fecha oficialmente aceptada según H.Gardner (1987) - cuando la ciencia cognitiva nace, en el marco de un simposio sobre la Teoría de la Información. En el mismo se llevó a cabo la primera demostración completa de un teorema hecho por una computadora, la presentación de los avances sobre la capacidad de la memoria inmediata y, entre otras cuestiones, la relación formal entre el lenguaje y las matemáticas.

Es significativo subrayar no solo los puntos de quiebre con el conductismo, sino las relaciones de continuidad, ya que las inconsistencias del modelo teórico del conductismo fueron decisivas para los desarrollos del cognitivismo. Según Guidano (2001) el paradigma conductista “estímulo-respuesta” tenía como premisa básica el considerar la mente como algo innecesario ya que la misma era pensada como la “caja negra” en la cual no se podía ver lo que sucedía. En cambio, lo importante era la correlación entre estímulos ambientales y respuestas conductuales. El planteamiento era que la conducta de relajación neutralizaba la respuesta de ansiedad pero se exponía al paciente al miedo utilizando la imaginación, lo cual era una variable de la caja negra inexplicable desde su modelo. Estas inconsistencias fueron las que hicieron ver al modelo teórico conductista como algo insostenible epistemológicamente, y llevó a los mismos conductistas a desarrollar el cognitivismo.

Ahora bien, adentrándonos de lleno en la psicoterapia cognitiva podemos establecer que esta se desprende de la psicología cognitiva, pero se ocupa de ciertas psicopatologías y de la aplicación práctica de las producciones teóricas del campo cognitivo.

Podemos nombrar a Aaron Beck como el fundador de dicha psicoterapia. A principios de los años 1960 cuando era psiquiatra en la Universidad de Pensilvania, desarrolló la Terapia Cognitiva.

Sus primeras ideas surgen en torno a validar determinados conceptos psicoanalíticos acerca de la depresión. Según Beck (Beck, A.; Rush J.; Shaw B; Emery G., 2005) las formulaciones psicoanalíticas eran correctas pero no habían logrado una aceptación generalizada debido a la falta de datos empíricos que las apoyen. Inició entonces una serie de investigaciones encaminadas a proporcionar datos convincentes. Un segundo motivo fue delimitar la configuración psicológica característica de la depresión con el fin de desarrollar una forma breve de psicoterapia dirigida específicamente a mitigar esta psicopatología.

En relación a la depresión, este psicoterapeuta nos dice que los pacientes depresivos adoptan sistemáticamente una visión negativa de sí mismos, el futuro y sus experiencias en la vida. Este tipo de visión es entendido, según dicho terapeuta, como formas distorsionadas de interpretar la realidad por lo cual produce efectos en la conducta. Es decir hay un modo de interpretar la realidad externa de manera normal y una forma distorsionada.

Con el propósito de minimizar la sintomatología del depresivo elabora varias técnicas para corregir las distorsiones y ajustar a la realidad el sistema de procesamiento de la información de los pacientes a partir de técnicas basadas en la aplicación de la lógica y reglas de evidencia. Es decir a partir de un método empírico con el cual verificar concretamente los efectos de dichas intervenciones.

Los experimentos mostraron que bajo determinadas condiciones, una serie de éxitos graduales que llevasen a la consecución de un objetivo claro, podría tener un considerable efecto para modificar el autoconcepto y las expectativas de carácter negativo, mitigando así la sintomatología depresiva.

De esta manera la terapia cognitiva se sirve de una variedad de *“estrategias cognitivas y conductuales. [...] para delimitar y poner a prueba las falsas creencias y los supuestos desadaptativos del paciente”* (Beck, A.; Rush J.; Shaw B; Emery G., 2005 :9). Esta puesta a prueba es llevada a cabo por medio de la verificación de hipótesis en situaciones de la vida real, lo cual se ordenó en el concepto general de “empirismo colaborativo”.

Es pertinente subrayar que la indagación en torno a los fenómenos de la depresión no va más allá de una mera descripción; la pregunta acerca de la causalidad es buscada en la evidencia empírica o incluso podríamos decir que tal interés es eludido ya que apunta a un tratamiento que modifique los esquemas de pensamiento. El terapeuta se erige como motivador, guía que procura que el consultante busque dentro y fuera de sí la respuesta que le permita avanzar hacia la superación de las dificultades que lo aqueja, fomentando el desarrollo del pensamiento crítico. El proceso terapéutico es visto entonces como un proceso de aprendizaje activo, de tipo experiencial, que busca que el paciente desarrolle nuevas habilidades de afrontamiento que le permitan superar problemas y dirigirse a objetivos vitales (Rodríguez Bilgieri, R., Vetere, G., 2011). Tal proceso, podría decirse, parte de la suposición implícita de que por un acto consciente de reflexión, guiado por un terapeuta, permitiría distinguir lo equivocado de lo acertado de una creencia, es decir, no hay lugar al desconocimiento por parte del sujeto, ni a la estructura que podría determinar cierta sintomatología ya que se trata de la reivindicación de las creencias, pero ¿Cómo se originaron tales creencias que no le corresponderían al paciente? ¿De dónde provienen si no son del “yo” y a su vez son tan desadaptativas? ¿Acaso el yo –entendido como la instancia capaz de reflexionar- es tan susceptible de ser reforzado en habilidades, de tal modo que nada genere una discordia?

La crisis de inconsistencia que había sufrido el conductismo, también se trasladó al cognitivismo (Guidano, 2001), ya que habiendo modificado estas creencias irracionales o disfuncionales, al cabo de cierto tiempo volvían a suscitarse nuevamente, o se presentaba una angustia inexplicable, la cual seguía siendo entendida como efecto de las cogniciones. Es decir que más allá de que se haya logrado de manera consciente una regulación de estas cogniciones, había algo que no cesaba y retornaba, aun cuando incluso respetando el paradigma del paciente, las creencias irracionales habían sido canjeadas por otras más acordes a la razón. Es que el problema del tratamiento radicaba

en cercenarlo en los aspectos conscientes del paciente (las creencias y la manera en que estas determinaban su percepción del mundo) o en sus habilidades y su reforzamiento, por lo tanto, dicho tratamiento se desprendía de cierta concepción de hombre por la cual todo individuo es capaz de conocer todo lo que anímicamente le sucede.

Y aun llegas tan lejos que consideras “anímico” idéntico a “consciente”, es decir, a lo que te es notorio, pese a las evidentísimas pruebas de que en tu vida anímica tiene que ocurrir de continuo algo más que lo que pueda devenirle notorio a tu conciencia (Freud, 1992 :134).

¿Es posible orientar al Hombre?

A continuación paso a precisar algunas puntualizaciones con respecto a la Terapia Gestáltica.

Esta terapia se nutre principalmente de la Psicología Gestáltica y del Psicoanálisis. Una de las figuras más importantes de dicha terapia es Fritz Perls, por lo tanto es significativo desarrollar una breve reseña acerca de su biografía, ya que como figura representativa de la terapia Gestáltica, distintas situaciones sucedidas en su vida han influido directamente en los desarrollos de esta disciplina, principalmente las razones de su ruptura con el Psicoanálisis.

Fritz Perls nació en el año 1893 en la ciudad de Berlín (Peñarrubia, 1998) en el seno de una familia judía. En 1926 comienza su primer análisis con Karen Horney, se fascina con el psicoanálisis y se plantea formarse y convertirse en psicoanalista. En 1927 trabaja con el medico Gestaltista Kurt Goldstein investigando problemas perceptivos en lesionados cerebrales. En Viena comienza a recibir a sus primeros pacientes y supervisa con Halen Deustch. En 1930 por consejo de K. Horney comienza su cuarto análisis con Wilhem Reich con el cual mantendrá una amistad duradera. En 1933 debido al nazismo se escapa a Holanda, luego por consejo de Ernest Jones se va a Sudáfrica y es allí, en 1934 cuando funda el Instituto Sudafricano de Psicoanálisis.

En 1936 acude a Checoslovaquia al Congreso Internacional de Psicoanálisis donde presenta un trabajo titulado “Resistencias Orales” el cual es muy mal acogido tanto por Freud como por Reich. Luego en 1946 a partir de la ayuda de Karen Horney se muda a Estado Unidos, precisamente a Nueva York; nuevamente es mal acogido por los psicoanalistas, esta vez norteamericanos.

Conjuntamente con su esposa y otros miembros conforman el “Grupo de los Siete”; es con dos miembros del mismo, llamados Paul Goodman y Hefferline, que publican en 1951 “Gestalt Therapy” – si bien es de la autoría de estos miembros, fue desarrollado sobre los manuscritos de Perls-. Finalmente en 1952 funda el Gestalt institute of New York y al año siguiente, otro instituto en Cleveland, de donde surgirá la segunda generación de terapeutas Gestalticos.

Ahora bien, hay que diferenciar a la terapia gestáltica de la Psicología de la Gestalt, si bien toma algunos conceptos esenciales de dicha psicología, no es la mera aplicación de la misma. La “Gestalt psychology fue una escuela teórica dedica al estudio de los fenómenos perceptivos que desarrollaron los psicólogos Wertheimer, Kölher y Koffka; tuvo su florecimiento en la Alemania de entre guerras y posteriormente en Estados Unidos, lugar al que huyeron sus creadores debido al nazismo. Radicados en este último sitio, dicha escuela trascendió la investigación perceptiva y se dedicó al estudio del aprendizaje, la personalidad y los grupos – el estudio de esto último fue llevado a cabo por Kurt Lewin- .

Esta psicología apuntaba a descubrir las leyes de la percepción humana y la dinámica entre una figura y su fondo. La palabra “Gestalt” comúnmente se traduce por forma o configuración. El campo perceptivo se configuraría a partir de la interrelación de fuerzas, donde una figura emerge desde un fondo hasta ocupar el primer plano; el conjunto figura-fondo crearía una “Gestalt”.

Es de estos desarrollos sobre la percepción que Fritz Perls se sirve para formar la terapia gestáltica, principalmente del concepto figura-fondo y la de Gestalt incompleta.

Dado su vínculo con el Psicoanálisis y su intento de separarse y crear otro camino, Perls se sirvió del concepto de figura-fondo como analogía de consciente-inconsciente – propio del psicoanálisis- y así abandonar el lenguaje Psicoanalítico. También nombrará a este conjunto como “darse cuenta”, enfocando (percibiendo) lo que era borroso.

Nuevamente, lo que Perls toma de los psicólogos de la forma es el sentido globalizador, holístico, aplicado a la percepción y lo traslada a la visión del ser humano, es decir, percibir al ser humano en su totalidad y en su capacidad integradora, con la cual el organismo se mantiene en equilibrio a través de un proceso de autorregulación.

Otro concepto que toma prestado es la “ley de cierre”, ley por la cual se afirma que el individuo tiende a completar lo que percibe, aunque ello tenga huecos o vacíos.

Cada persona cuando se encuentra relativamente libre de condicionamientos, es decir, en situación de salud, dispone de la capacidad para realizar los “ajustes” necesarios en el ambiente respecto de sus necesidades, y tiende a ello para dar cierre a lo abierto de la situación. En ello encontramos la aplicación de la ley gestáltica de la percepción.

Esta cuestión de tender a la completud, Perls la aplica a la existencia; para dicho autor, toda persona tiende a completar su existencia, pero factores como los sociales, a veces interrumpen tal cometido, es decir interrumpe el proceso de una persona a hacer lo que quiere hacer, entendiendo que este “querer hacer” es una figura que emerge de un fondo, tal como una exigencia, y que por no poder completarse queda como un asunto pendiente que obtura el surgimiento de nuevas figuras o asuntos, produciendo una Gestalt incompleta.

Figura y fondo se necesitan mutuamente para ordenar el campo situacional y, son además recíprocamente excluyentes en cuanto a la capacidad de ser percibidas. No puedo captar al mismo tiempo la figura y el fondo, pues al recortar mi atención en una, me pierdo la posibilidad de percatarme del otro, que a la vez sirve como marco de significación de lo percibido. (Brandolin, 2013:9)

Esta cuestión de la insistencia de un asunto incompleto es para la terapia gestáltica una versión operativa del concepto de “compulsión a la repetición” en Psicoanálisis.

Aparte de los conceptos psicoanalíticos reelaborados e incluidos en las nociones de la Gestalt, encontramos otros que son criticados o tomados en otros sentidos. Algunas dichas nociones son:

El inconsciente. Si bien no lo niega propone abordarlo indagando el proceso de “no darse cuenta” en el presente, más que por el contenido de lo reprimido. También piensa a dicho concepto como el resultado de una falta de contacto con el aquí y ahora, con la realidad, ya sea porque la persona está inmersa en lo imaginario o en su entorno. Es así que la importancia de la terapia radica en lo que la persona sabe de sí misma - más que en lo que ignora-, es decir un saber consciente.

Desdeña la primacía de la sexualidad infantil y la represión vinculada al origen de la neurosis, otorgándole mayor importancia a las necesidades orales y cutáneas (hambre y necesidad de contacto).

Considera la transferencia como un rodeo inútil y la abstinencia – uno de los principios de la clínica psicoanalítica-, poco eficaz. Por último, tampoco acepta la universalidad del Complejo de Edipo.

Ahora bien, hago una pausa para realizar una breve reflexión acerca de los “prestamos parciales” que toma la terapia gestáltica del Psicoanálisis. Creo que para la elaboración del edificio teórico de esta terapia, se ha recurrido constantemente a distintas operaciones discursivas tales como la anección, reducción y revisionismo de los conceptos psicoanalíticos y de esa manera hacerle decir algo distinto al ser sustraídos de sus relaciones con la neurosis, el Inconsciente y la sexualidad. Y es a través de estas

operaciones, entendidas como condiciones para la conformación de una práctica, que se configura una modalidad específica de la misma.

Estas cuestiones han sido abarcadas por Freud en distintos momentos, pero en especial cuando habla de los movimientos secesionistas, al respecto decía: *“cuando las diferencias de opinión rebasan de cierta medida, lo mejor es separarse y seguir cada quien su camino, en particular si la diferencia teórica tiene por consecuencia un cambio en la práctica”* (Freud, 1992 :132). Y antes, en la misma conferencia, advierte que para el psicoanálisis hay una suerte de “aceptación” que lo desmembra a partir de ciertas cláusulas restrictivas que terminan por desautorizar partes importantísimas de dicha doctrina, tales como la sexualidad y el inconsciente, *“[...] siendo el edificio del psicoanálisis, aunque inacabado, una unidad de la que cualquiera no puede arrancar elementos a capricho.”* (Freud, 1992 :128).

Es importante aclarar dicha cuestión, ya que estos “usos” de los conceptos son los que se ponen en juego a la hora de constituirse una concepción de hombre de ciertas características.

Friedrich Perls (1999) representante de la Terapia Gestáltica concibe al hombre como una totalidad, una Gestalt, que abarca conductas, emociones, pensamientos y sensaciones, las cuales se hacen manifiestas a la hora de contactar un organismo con su ambiente.

Una Gestalt, entendida como una tendencia a la completud, se produce a través de cierta homeostasis, un equilibrio constante que condiciona a la salud, la cual se logra satisfaciendo necesidades tanto fisiológicas como psicológicas. Para lograr tal cometido respecto de la salud, el hombre debe discriminar sus necesidades más prominentes en el aquí y ahora y manipular adecuadamente a su ambiente para alcanzar la satisfacción buscada; en resumidas cuentas, es a partir de una concientización en el aquí y ahora que se puede realizar dicho trabajo de discriminación de lo más urgente.

A esta capacidad de ajuste, inherente al funcionamiento saludable del ser humano, Perls la denomina autorregulación orgánica. Todo accionar de las personas conlleva como intencionalidad el cumplimiento de este principio organizador. Para ello se necesitan ciertas condiciones: la capacidad de la persona para distinguir lo propio de lo ajeno, la posibilidad de jerarquizar las necesidades emergentes simultáneas y de esa manera otorgar prioridad de resolución a lo que resulta más urgente y, por último, la capacidad de realizar ajustes concretos en el entorno, esto es, introducir modificaciones efectivas en el ambiente para dar respuesta a la tensión situacional.

Algunas cuestiones comunes en las Psicoterapias

Para avanzar aún más en la temática que me convoca, cabe subrayar los puntos en común que las Psicoterapias tienen entre sí.

Principalmente se encuentra un acento en la percepción, la atención y la reflexión – como en el caso de las creencias disfuncionales -, aspectos que conforman a la conciencia y que deben ser orientados para llevar a cabo lo que estas psicoterapias proponen como tratamiento. Ahora bien, ya sea en la interrupción de la percepción de lo que es dominante como necesidad o la falta de reflexión que llevaría a la elaboración de ciertas creencias disfuncionales, estos aspectos aparecen justificados como tales por ser de una evidencia clara y distinta y no por la estructura que subyace y determina de tal forma a estas maneras de ser del hombre. Ya sea porque se evita tal esclarecimiento o porque -como en el caso de la terapia gestáltica- hay una omisión de ciertos aspectos ya abarcados por la doctrina psicoanalítica.

La conciencia con Descartes y la subversión Freudiana

Ya que la conciencia aparece en sus distintas funciones en las definiciones y enunciados dadas por las terapias antes desarrolladas, es pertinente ubicar su fuente. A su vez, el descentramiento de la misma respecto de la concepción de hombre aportada por el Psicoanálisis será una vía regia para presentar definitivamente a este.

La conciencia como noción central en la concepción de hombre tiene su origen en la modernidad. Es Descartes (Descartes, 1965) quien inaugura toda una tradición filosófica en la cual se postula que lo esencial en el hombre es el pensamiento, y que este se caracteriza por ser consciente, es decir, una conciencia reflexiva de su propio pensar consciente. El “yo pienso”, que conocemos como “cogito cartesiano”, es determinante en el sustento teórico de las disciplinas llamadas psicológicas y a su vez, los desarrollos de éstas lo son de las psicoterapias.

Para llegar al cogito, Descartes en principio duda de todo saber anterior. Esta duda metódica lo obliga descartar lo aprehendido, a cuestionar todo lo verdadero. Es en este proceso de pensamiento que Descartes se encuentra con su propia enunciación, más allá de los enunciados del cogito. Con esto llega a la conclusión de que puede poner en cuestión aquello en lo que piensa, pero no el hecho de pensar. Arriba a una certeza, pero todo esto coincide con la conciencia.

Es importante traer esta cuestión porque Freud establece un quiebre en esta concepción de hombre a través de la introducción de la hipótesis del Inconsciente, lo cual subvierte la base sobre la que descansaban todos los desarrollos de la psiquiatría y la psicología.

En *Breve informe sobre el Psicoanálisis* Freud (Freud, 1992) explicitaba que el psicoanálisis se desarrolló sobre un terreno muy restringido, y en sus inicios tenía por meta “comprender algo acerca de la naturaleza de las enfermedades nerviosas llamadas funcionales” (Freud, 1992 :203). Los neurólogos de su época omitían el aspecto psíquico de dichas enfermedades en pos de una explicación fisicoquímica o anatómo-patológica.

Lo psíquico quedaba cercenado y abandonado al rincón de los filósofos, místicos y curanderos; es por esto que hasta los desarrollos de Freud, nadie había producido un camino que accediera a los secretos de la neurosis, sobre todo a los de la histeria.

En 1881 a partir de las experiencias del médico vienes Joseph Breuer -al cual Freud acompañaba como colaborador- vinculadas con la curación y estudio de una muchacha a partir de la hipnosis, es que se logra empezar a esclarecer la etiología de los síntomas histéricos. La terapia de Breuer consistía en mover a la enferma en estado hipnótico a recordar los traumas olvidados y exteriorizar los mismos en afectos.

Ahora bien es importante destacar que este carácter de exploración y tratamiento del padecimiento será una característica conservada posteriormente en el psicoanálisis, es un carácter que lo constituye como disciplina, porque como decíamos al inicio de este ensayo, el psicoanálisis es en gran medida un método de investigación.

Luego de escribir conjuntamente *Estudios sobre la histeria*, Freud y Breuer rompen su comunidad. Freud por su parte perfecciona su instrumento de trabajo y sigue tratando con enfermos ‘nerviosos’, a diferencia del médico vienes.

Si bien Freud abandona la hipnosis debido a sus resultados, esta técnica había permitido aportar al recuerdo consciente del enfermo lo olvidado por él. La sustitución de dicha técnica por la asociación libre, la cual comprometía a los pacientes a renunciar a toda reflexión consciente y entregarse a perseguir sus ocurrencias espontáneas, arrojó nuevos resultados. Los disparatados, lo desagradable o sin sentido eran de un valor sin igual.

Sin embargo dichas asociaciones libres no demostraban serlo completamente, dado que tras la sofocación de todos los propósitos del pensamiento consciente, saldría a la luz una determinación de las ocurrencias por parte del material inconsciente. Si bien este material no aportaba directamente lo olvidado en sí mismo, arrojaba indicaciones ricas y claras que el médico podía colegir desde ellas a partir de ciertos completamientos e interpretaciones.

Este cambio de técnica permitió vislumbrar un juego de fuerzas ocultado al observador por el estado hipnótico. La resistencia del enfermo en torno a descubrir lo olvidado aparecía exteriorizada en la exclusión de comunicar las ocurrencias que le acudían. Tal esclarecimiento clínico dio lugar a uno de los pilares de la doctrina psicoanalítica, es decir, la teoría de la represión.

Es a partir de distintos fenómenos que no responden a la evidencia, ni a la reflexión consciente, que se pudo pensar en una sobredeterminación inconsciente de los síntomas y darle a este último un estatuto distinto al que venía teniendo - como conciencia segunda o falta de la misma-. Lo cual, a su vez, llevo a elaborar una doctrina sobre otras bases que las que conforman a la medicina, y por ende a otro método y técnica.

Para Freud la consciencia aparece como un proceso secundario, y se funda en la inhibición del proceso primario motorizado por el principio de placer. La teoría psicoanalítica propone un subversivo descentramiento respecto de la evidencia y de los pensamientos que “espontáneamente” los hombres tienen sobre sí mismos. En nuestra cotidianidad enunciamos “yo” para referirnos a lo que se presentifica en la consciencia. Ese “yo” del lenguaje coloquial es reconocimiento que el sujeto hace de sí mismo, pero a su vez es desconocimiento de su sometimiento a las exigencias del mundo exterior y a la demanda de las pulsiones que deben ser constantemente reprimidas, por lo tanto heterogéneas a ese yo.

Desde muchos ángulos se nos impugna el derecho a suponer algo anímico inconsciente y a trabajar científicamente con ese supuesto. En contra, podemos aducir que el supuesto de lo inconsciente es necesario y es legítimo, y que poseemos numerosas pruebas en favor de la existencia de lo inconsciente. Es necesario, porque los datos de la conciencia son en alto grado lagunosos; en sanos y en enfermos aparecen a menudo actos psíquicos cuya explicación presupone otros actos de los que, empero, la conciencia no es testigo. Tales actos no son sólo las acciones fallidas y los sueños de los sanos, ni aun todo lo que llamamos síntomas psíquicos y fenómenos obsesivos en los enfermos; por nuestra experiencia cotidiana más personal estamos familiarizados con ocurrencias cuyo origen desconocemos y con resultados de pensamiento cuyo trámite se nos oculta. Estos actos conscientes quedarían inconexos e incomprensibles si nos empeñásemos en sostener que la conciencia por fuerza ha de enterarse de todo cuanto sucede en nosotros en materia de actos anímicos, y en cambio se insertan dentro de una conexión discernible si interpolamos los actos inconscientes inferidos. Ahora bien, una ganancia de sentido y de coherencia es un motivo que nos autoriza plenamente a ir más allá de la experiencia inmediata.[...]

La obstinada negativa a admitir el carácter psíquico de los actos anímicos latentes se explica por el hecho de que la mayoría de los fenómenos en cuestión no pasaron a ser objeto de estudio fuera del psicoanálisis. Quien no conoce los hechos patológicos, juzga las acciones fallidas de las personas normales como meras contingencias y se conforma con la vieja sabiduría para la cual los sueños sueños son,- no tiene más que soslayar algunos enigmas de la psicología de la conciencia para ahorrarse el supuesto de una actividad anímica inconsciente.[...]

Ahora bien, el supuesto de lo inconsciente es, además, totalmente legítimo, puesto que para establecerlo no nos apartamos un solo paso de nuestro modo habitual de pensamiento, que se tiene por correcto. A cada uno de nosotros, la conciencia nos procura solamente el conocimiento de nuestros propios estados anímicos; que otro hombre posee también conciencia, he ahí un razonamiento que extraemos per analogiam sobre la base de las exteriorizaciones y acciones perceptibles de ese otro, y a fin de hacernos inteligible su conducta. (Freud, 1992, pp.163-165)

Y en relación a una conciencia segunda:

En primer lugar, una conciencia de la que su propio portador nada sabe es algo diverso de una conciencia ajena, y en general es dudoso que merezca considerarse siquiera una conciencia así, en que se echa de menos su rasgo más importante. El

que se rebeló contra el supuesto de algo psíquico inconsciente no puede quedar satisfecho trocándolo por una conciencia inconsciente. (Freud, 1992 :166)

Volviendo a Descartes y el cogito, este establece que mi completa esencia consiste en el pensar. Mi existencia consiste en el conjunto de ocupaciones de mi pensamiento. Utiliza como sinónimos "pensamiento", "yo" y "alma" donde esta "alma" es objeto y agente de conocimiento, de manera simultánea. Puede decirse que este fragmento de 1637 con su célebre "pienso, luego existo" es la partida de nacimiento de la psicología de la conciencia.

Fijar a la conciencia como objeto de la psicología es al mismo tiempo, según ya se indicó, ofrecer una propuesta metodológica para alcanzar conocimientos sobre ese objeto. Sería absurdo suponer, por ejemplo, que la balanza o la cámara fotográfica pudiesen llegar a ser instrumentos aptos para "saber" acerca de la conciencia.

Es así como se determinaba que la psicología clásica no pudiese tener otros métodos que la descripción y el análisis de los contenidos de la conciencia. Este procedimiento, en el que un sujeto examina sus propios contenidos de conciencia o pide a otro que le transmita lo que pasa en su conciencia, es conocido como "introspección" u observación interior. La conciencia aparece acá como una cosa o un recipiente que tiene "contenidos". En ella se reconocen "funciones" y estas "funciones" de la conciencia pasan a ser los temas de la psicología: sensación, percepción, atención, memoria, pensamiento, juicio, emoción, sentimiento, voluntad, etc. (Braunstein, 1975 :30).

La potencia subversiva del psicoanálisis respecto de la psicología preexistente se desencadenó al demostrar que la conciencia no es lo psíquico sino que ella es tan sólo el aspecto exterior de una realidad infinitamente más compleja e inabordable para la conciencia misma: el aparato psíquico.

Momento de concluir

Partí de una pregunta que apunta a la diferencia entre las prácticas Psi, la cual me interpela pero no determina de manera total el lugar desde donde responder. Es así que un rasgo particular pasible de recortar de los contextos históricos de producción, de las relaciones ideológicas, como así también de relaciones políticas y por lo tanto económicas se asoma como posibilidad de dar respuesta a la misma; dicho rasgo "la concepción de hombre" se articula a partir de distintos aspectos incluidos en las definiciones y enunciados teóricos de la Terapia Cognitiva, la Terapia Gestáltica y el Psicoanálisis.

Las psicoterapias con su acento en el tratamiento, orientando al mismo a partir de la indagación de distintas funciones de la conciencia –noción que tiene una gran importancia teórica a partir de Descartes- tales como la percepción, sensación y reflexión, las cuales "afectan" a la conducta y a los pensamientos , tienen por efecto una práctica heterogénea a la Psicoanalítica. Esta última situó sus investigaciones -y produjo el desarrollo de un método particular- alrededor de la neurosis, lo Inconsciente y la sexualidad (entre los cuales hay una relación sin solución de continuidad), llevando a dicha disciplina a grandes desarrollos teóricos en torno a una concepción de hombre totalmente descentrada de lo consciente, poniendo de este modo en cuestión lo evidente y espontáneo que se presentaba en la conciencia de los hombres.

Es así que a raíz de lo expuesto cabe preguntarse si las psicoterapias, preocupadas en sus tratamientos por orientar a los sujetos que acuden en busca de su ayuda, hacia lo prominente como necesidad inmediata o a los ideales que estos traen acerca de cómo debería ser su vida, no terminarían por desconocer, al igual que los sujetos que los consultan, una realidad mucho más compleja como la que presentan los

síntomas y la razón de su surgimiento, en otras palabras, implicaría una reproducción por parte del psicoterapeuta del desconocimiento con el que llegan los sujetos.

El Psicoanálisis a partir de su descubrimiento y su método de investigación es quien permite introducir las sobredeterminaciones del acto humano, y eso no es sin consecuencias en la práctica. Es así que a mi parecer, dichos síntomas engloban un sentido Inconsciente que resiste al saber -consciente- pero deja sus huellas por doquier si se da lugar al sin sentido como una dimensión más de lo humano y su relación con el padecimiento.

Dado que el presente ensayo implica la última instancia que como estudiante me toca experimentar, me lleva a decir de manera ferviente, desde dicho lugar, que la capacidad de reflexionar acerca de la temática explayada es gran medida a partir de mi paso por la Facultad, paso que nunca es sin otros; una reflexión que tiene por espíritu esclarecer que el saldo de concebir una práctica y a los sujetos que ésta última intenta abordar, no reposa en la ingenuidad, ni en una tranquila y tibia indiferencia. Por otro lado, que las temáticas no son agotables, ya que hay tantas maneras de abordarlas como sujetos que se ven interpelados por las mismas.

Por último, y en relación a lo antedicho, este ensayo implica una pequeña contribución al campo Psi, por lo tanto quedan otras líneas por investigar en relación a la temática, ya que en sus distintas dimensiones hay una compleja riqueza.

Bibliografía

- Beck, A.; Rush J.; Shaw B; Emery G., (2005) *Terapia Cognitiva de la Depresión*, Bilbao, España, Desclée de Brouwer.
- Brandolin, D., (2013), *La concepción de la naturaleza humana para la Terapia Gestalt*, En Revista Cuadernos de Campo n° 12, Bs As, Argentina, Campo Grupal.
- Braunstein, N. Pasternac, M. Benedito, G. Saal, F., (1975), *Filosofía, Psicología y Ciencia*, Buenos Aires, Argentina, Siglo 21.
- Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas. (1992) Estatutos de Fundación. Disponible en: <http://feap.es/index.php/federacion/estatutos>.
- Foucault M., (1992), *El orden del discurso (1970)*, Buenos Aires, Argentina, Tusquets.
- Foucault, M (1985), *Saber y verdad*, Madrid, España, Ediciones de la piqueta.
- Freud, S., (1992 [1915]), Tomo XIV, *Lo Inconsciente*, Buenos Aires, Argentina, Amorrortu.
- Freud, S., (1992 [1917]), Tomo XVII, *Una dificultad del psicoanálisis*, Buenos Aires, Argentina, Amorrortu.
- Freud, S., (1992 [1924]), Tomo XIX, *Breve informe sobre el Psicoanálisis*, Buenos Aires, Argentina, Amorrortu.
- Freud, S., (1992 [1926]), Tomo XX, *¿Pueden los legos ejercer el análisis? Diálogos con un juez imparcial*, Buenos Aires, Argentina, Amorrortu.
- Freud, S., (1992 [1936]) Tomo XXII, *34 conferencia. Esclarecimientos, aplicaciones, orientaciones*, Buenos Aires, Argentina, Amorrortu.
- Gardner, H., (1987), *La nueva ciencia de la mente*, Bs. As, Argentina, Paidós.

- Guidano, V., (2001), *El Modelo postracionalista. Hacia una reconceptualización teórica y crítica*. En Quiñones, A (Comp.) (Prologo, Cap 1, 2 y 3), Bilbao, España, Desclée de Brouwer.
- Laplanche, J.; Pontalis J-B., (2007), *Diccionarios de Psicoanálisis*, Bs As, Argentina, Paidós .
- Peñarrubia, F., (1998), *Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil*, Madrid, España, Alianza.
- Perls, F., (1999), *El Enfoque Gestáltico*, Santiago de Chile, Chile, Cuatro Vientos.
- Rodríguez Biglieri, R., Vetere, G., (2011), *Manual de Terapia Cognitiva Conductual de los trastornos de ansiedad*, Buenos Aires, Argentina, Polemos.
- Descartes, R., (1965) *Meditaciones Metafísicas*, Bs. As., Argentina, Aguilar.