



CONSTRUCTIVISMO

EN PSICOTERAPIA

Robert A. Neimeyer • Michael J. Mahoney (compiladores)

Psicología
Psiquiatría
Psicoterapia
157

CAPÍTULO 2

PSICOTERAPIAS CONSTRUCTIVISTAS: CARACTERÍSTICAS, BASES Y DIRECCIONES FUTURAS

Robert A. Neimeyer

No podemos seguir estando seguros de que el progreso humano seguirá paso a paso, de forma ordenada de lo conocido a lo desconocido. Tampoco nuestros sentidos ni nuestras doctrinas nos proporcionan el conocimiento inmediato que se requiere para dicha filosofía de la ciencia. Lo que creemos que conocemos está anclado sólo en nuestras asunciones, no en la esencia de la verdad misma, y ese mundo que intentamos entender permanece siempre en el horizonte de nuestros pensamientos (Kelly, 1977, pág. 6).

Todas las corrientes de pensamiento destacadas tienen muchos tributarios. En el caso del constructivismo, éstos incluyen fuentes de inspiración filosófica que se pueden remontar, al menos, a Giambattista Vico, Immanuel Kant y Hans Vaihinger (Mahoney, 1988) y todos ellos enfatizaron el carácter proactivo, modelador y ficticio del ser humano y su papel a la hora de configurar las «realidades» a las que respondemos. Otras fuentes incluyen la confluencia del pensamiento constructivista en la psicología en la primera mitad del siglo XX con figuras como Frederick Bartlett (1932), Alfred Korzybski (1933) y Jean Piaget (1971/1937) que atrajeron la atención sobre los procesos constructivos y semánticos de la memoria humana, el lenguaje y la cognición, rompiendo con las tendencias más asociacionistas, objetivistas y deterministas y sus respectivos campos. Finalmente, a mitad de siglo empezó a emerger una forma de psicoterapia genuinamente constructivista, de la que fue precursora la innovadora psicología de los constructos personales de George Kelly (1955).

Durante las últimas décadas la progresión del pensamiento constructivista en psicoterapia ha sido más rápida y, en algunos aspectos, también más turbulenta. Al igual que cualquier corriente de pensamiento, el curso que ha tomado el constructivismo ha sido una reacción a los contornos más amplios del paisaje intelectual que le rodean. En este caso, el paisaje ha estado moldeado por la influencia del posmodernismo, con su predilección iconoclasta por celebrar la multiplicidad de sistemas de creencias, oponerse a las prescripciones metodológicas y socavar la fe en las «verda-

des eternas» inmersas en las cartas sociales, costumbres culturales, obras maestras de la literatura e incluso la ciencia misma (W. T. Anderson, 1990; R. A. Neimeyer, 1993a). En este contexto cultural, la psicoterapia constructivista del momento ha conseguido un impulso: profundizando, ampliando y, finalmente, siendo abofeteada por movimientos a contracorriente y contradictorios originados en disciplinas bastante diferentes.

En este libro varios autores comentan estos desarrollos a diferentes niveles que van del epistemológico al aplicado. Mi objetivo en este capítulo es orientar al lector sobre la familia de terapias que comparten compromisos constructivistas básicos, de manera que invite a una exploración más detallada de los capítulos que siguen. Empiezo haciendo un resumen de algunas de las bases y características distintivas de estos enfoques, y continúo dando una visión general de los modelos o metáforas terapéuticos básicos que han adoptado diversas escuelas de terapeutas constructivistas. Finalmente, acabo concentrándome en un conjunto de aspectos (el papel del constructivismo en la investigación psicoterapéutica y en la integración en psicoterapia, y la muchas veces divisionista multiplicidad de las perspectivas constructivistas) que ayudarán a modelar la forma o formas que tomarán en el futuro dichas terapias.

CONSTRUCTIVISMO Y OBJETIVISMO: DEFINICIÓN POR CONTRASTE

Para entender los temas constructivistas centrales de este libro es útil verlos como un relevo frente al telón de fondo de una psicología «objetivista» concebida como un proyecto de modernidad. Al personificar la fe de la Ilustración en el progreso tecnológico y humano a través de la acomodación al conocimiento legítimo, la psicología ha estado en su primer siglo muy preocupada por el desarrollo de métodos lógicos y empíricos para descubrir hechos objetivos y verificables respecto a sus materias de especialización (Kvale, 1992). Si bien exitoso, dicho programa de investigación se suponía que sería cada vez más unificado y progresivo llevando al descubrimiento de leyes generalizables de la conducta humana cuya validez se estableció por su correspondencia con realidades observables y extrateóricas (Staats, 1991). En el núcleo de este programa moderno estaba la creencia en un mundo cognoscible y, con él, un sí mismo cognoscible (Gergen, 1992).

El proyecto posmodernista abandona casi todos los aspectos del programa psicológico moderno. Ha desaparecido la fe en un universo objetivamente cognoscible y, con ello, la esperanza de que la eliminación de los sesgos humanos, la adherencia a cánones metodológicos y la confianza en un lenguaje

puro de observación producirán una ciencia humana «verdadera» que reflejará la realidad psicológica sin distorsiones (Steier, 1991). También ha desaparecido la noción moderna de un sí mismo esencial (un ego individual que es el *locus* de elección, acción y autovaloración racional) al menos en expresiones más radicales de las tendencias posmodernas como el construccionismo social (Lovlie, 1992). En su lugar hay un esplendor de perspectivas que rebasan las ciencias sociales y las humanidades y cuyo hilo común incluye el reconocimiento de realidades divergentes, constituidas socialmente y situadas históricamente, que se oponen a una comprensión adecuada en términos objetivistas. Desde este punto de vista el lenguaje constituye realmente la estructura de la realidad social (Maturana y Varela, 1987), requiriendo el cultivo de nuevos enfoques (hermenéutico, narrativo, desconstruccionista, retórico y discursivo) apropiados para analizar el «texto» de la experiencia humana en su contexto social (Edwards y Potter, 1992; Shotter y Gergen, 1989; Simons, 1989). La imagen resultante de la «ciencia» psicológica es, en algunos aspectos, más humilde que su predecesora modernista (Steier, 1991; sólo pretende la producción de «conocimientos locales» que están más vinculados y cercanos al mundo de la práctica); a pesar de todo, en otros aspectos es más ambiciosa (implica más autocrítica y reflexión conscientes). También es más inquietante, ofreciendo sólo la promesa de un conocimiento cambiante, fragmentario y construido, sin la sólida certidumbre de una base firme (lógica o empírica). Incluso en algunos enfoques construccionistas y basados en el lenguaje (Efran, Lukens y Lukens, 1990; Sampson, 1989), se ha destronado al sí mismo de una posición de participación, libertad y autodeterminación consciente, desvaneciéndose en una proliferación de roles sociales inconsistentes en las fases interpersonal y cultural.¹ Si se produce un avance positivo en este proyecto posmoderno, es en el desarrollo de un conocimiento viable (si no válido) y la búsqueda de una acción social responsable. La tabla 1 resu-

1. A pesar de todo, algunos otros enfoques *constructivistas* (como distintos de los *construccionistas*) continúan asignando centralidad a los «procesos agentes del sí mismo», aunque éstos están estrechamente entrelazados con los contextos cultural y relacional (por ejemplo, Kelly, 1955; Guidano, 1987, 1991; Mahoney, 1991; R. A. Neimeyer y Harter, 1988; Rychlak, 1990). En este libro se han solicitado colaboraciones a representantes de ambas perspectivas, con la esperanza de estimular una mayor exploración y una integración final de las concepciones tradicionales del sí mismo y su ambiente y el interpenetrante mundo social. Quizá el hecho de privilegiar un aspecto respecto al otro en esta dialéctica ha contribuido a las persistentes dificultades existentes para reconciliar representaciones aparentemente contradictorias de la psicología humana, como las que polarizan el énfasis en la libre voluntad (individual) *versus* el determinismo (social), aquellos que aprueban las fuentes de datos subjetivas (privadas) *versus* las observables (públicas), etc.

me algunos de los compromisos epistemológicos clave que constituyen la revolución constructivista y la distinguen de un enfoque más familiar en psicología: el objetivista. Se puede encontrar en otros lugares un tratamiento más amplio de estos contrastes filosóficos (Mahoney, 1991; R. A. Neimeyer, 1993a, 1993b; R. A. Neimeyer y Feixas 1990; Rychlak, 1990).

En un sentido reflexivo, los supuestos constructivistas asociados al constructivismo se pueden interpretar a dos niveles: por una parte hacen referencia a su postura respecto a la naturaleza del conocimiento abstracto y de la investigación científica y por otra representan las supuestas actividades de conocimiento de los individuos o las comunidades humanas.² Así, desde la perspectiva constructivista, los seres humanos tienen negado el acceso directo a la realidad inmediata más allá del *lenguaje*, definido ampliamente como todo el repertorio de expresiones y acciones simbólicas que nos proporciona la cultura (véase el capítulo de Efran y Fauber de este libro). Esta condición existencial relativiza el conocimiento y lleva a la proliferación de realidades diversas, y muchas veces contradictorias, en varios contextos, social, familiar e individual. Sin embargo, la mayoría de las versiones del constructivismo, además, se oponen a la tendencia hacia un solipsismo de «todo funciona», en tanto que los seres humanos deben lograr una coordinación adecuada de sus actos, o «encajar» en su ambiente físico y social (Maturana y Varela, 1987). Por lo tanto, aunque no podemos aspirar a un conocimiento universalmente válido que corresponda en un sentido directo a un «mundo real» externo a nosotros, podemos y debemos utilizar los recursos simbólicos de nuestro lugar y época para formular teorías viables o ficciones útiles que nos permitan negociar nuestro mundo social. Los criterios de idoneidad de estos conocimientos personales o locales varían de un teórico constructivista a otro, pero incluyen el grado en el que dichos conocimientos proporcionan una anticipación significativa de los acontecimientos (Kelly, 1955), promueven una sensación de

2. Esta lectura reflexiva de las casillas de la tabla es especialmente apropiada al comparar los enfoques terapéuticos constructivistas con sus primos hermanos: las versiones «racionalistas» de la terapia cognitiva. Algunas versiones de ambas escuelas asumen la noción de «ciencia personal» como metáfora fundamental del funcionamiento humano pero la interpretan de forma bastante diferente, dependiendo de su adherencia a una visión «moderna» de la ciencia basada en el realismo o a una visión posmoderna y relativizada de la investigación científica algo más crítica. Por ejemplo, la versión constructivista de la ciencia personal de Kelly (1977) contrasta con la interpretación más racionalista de Beck (Beck y otros, 1979). Algunos de estos temas se detallan más adelante y se revisan en capítulos posteriores de este libro. Para una comparación más centrada entre el constructivismo y las terapias cognitivas véase R. A. Neimeyer (1993b, 1993c), y Mahoney (1991).

Tabla 1. Contrastes epistemológicos seleccionados entre el enfoque objetivista y el enfoque constructivista en psicología.

Supuesto	Enfoque	
	Objetivista	Constructivista
Naturaleza del conocimiento	Representación o copia del mundo real	Construcción de la experiencia y acción del sujeto
Validación del conocimiento	Teoría de la correspondencia de la verdad; igualdad verídica entre las demandas del conocimiento y el mundo real tal como nos son reveladas a través de los sentidos	Teoría de la coherencia de la verdad; búsqueda de un conocimiento viable a través de la consistencia interna y el consenso social
Naturaleza de la verdad	Singular, universal, ahistórica, en aumento	Múltiple, contextual, histórica, paradigmática
Objetivo de la ciencia	Unificador; descubrir las leyes nomotéticas	Pluralista; creación de conocimientos locales
Método científico	Prescriptivo; énfasis en la medición cuantitativa y en la experimentación controlada	Anárquico; énfasis en los métodos cualitativos y en el análisis hermenéutico de la narrativa
Visión del ser humano	Reactivo; «mapa» de los acontecimientos y relaciones reales; mediacional	Proactivo; «plan» para organizar la actividad; predicativo
Unidad básica de significado	Concepto o esquema para asimilar acontecimientos basándose en características inherentes similares	Constructo o distinción para establecer significado a través del contraste
Relaciones entre significados	Asociacionista; cogniciones como autoafirmaciones aisladas o reglas basadas en contingencias pasadas	Sistémica; construcciones jerárquicamente ordenadas en una estructura autoorganizada
Papel del lenguaje	Media la realidad social; sistema de signos	Constituye la realidad social; sistema de diferenciaciones

acción y participación en la propia vida (White y Epston, 1990), o proporcionan esquemas de organización útiles a nivel pragmático para guiar los actos humanos (Polkinghorne, 1992).

El constructivismo se puede distinguir también por sus supuestos operativos respecto a la estructura del conocimiento personal y su implicación social (R. A. Neimeyer, 1987). Se ve a los seres humanos como «predeterminados» a percibir patrones en el mundo que les rodea (Popper, 1963). Al confrontar a una persona con la complejidad de vivir en el tiempo y el espacio, ésta «armoniza su oído a temas recurrentes» para puntuar el flujo inacabable de la experiencia: «Al igual que un músico, debe expresar su experiencia para darle sentido. Las frases son acontecimientos distinguibles... En esos segmentos limitados, que se basan en temas recurrentes, el hombre empieza a descubrir las bases de las similitudes y las diferencias» (Kelly, 1955, pág. 52). Por lo tanto, el «acto básico de significado» es la formulación de una diferencia (Bateson, 1972) que divide el mundo experiencial en unidades con significado personal y comunal. Las bases de distinción que forman estas construcciones son en sí mismas predicados (Rychlak, 1990, 1992) que organizan la experiencia posterior y que abarcan partes específicas y funciones de un sistema o estructura autoorganizada más amplia (Kelly, 1955; Mahoney, 1988; Maturana y Varela, 1987; Rychlak, 1990, 1992). Lo central en estos sistemas de significado o teorías personales son ciertos constructos supraordenados (Kelly, 1955), estructuras profundas (Guidano y Liotti, 1983), y procesos de ordenamiento nuclear (Mahoney, 1991) que definen la sensación de identidad de una persona y el modo de relacionarse con los demás.

IMPLICACIONES PARA UNA PSICOTERAPIA CONCEBIDA COMO UNA PRÁCTICA POSMODERNA

¿Qué implicaciones tienen estos supuestos filosóficos y teóricos para la práctica de la psicoterapia? En un sentido general el posmodernismo es compatible con la «epistemología participadora» (Mahoney, 1989) que abarca prácticamente todas las formas de práctica clínica. Aunque los «modernistas» de la psicología académica pueden ridiculizar el conocimiento inherentemente fragmentario y con perspectiva, pero útil a nivel pragmático, que guía el discurso y la intervención clínica, éste se puede ver como un enfoque afirmativo y constructivo para el desarrollo de habilidades prácticas (Polkinghorne, 1992). A este nivel general, casi todos los modelos de psicoterapia pueden ser un recurso legítimo para el profesional posmoderno, mientras se interpreten como un conjunto de metáforas

y directrices provisionales limitadas histórica y culturalmente y no como una ciencia aplicada que exige cierta conceptualización del problema y sólo acepta una forma aprobada de intervención.

Pero en un sentido más específico, la psicología posmoderna tiende a estimular ciertas estrategias de intervención por encima de otras, en tanto que éstas son coherentes con una visión constructivista más amplia de los seres humanos y su interacción. Varias de estas heurísticas clínicas comunes aparecen en la tabla 2, junto con algunas técnicas seleccionadas compatibles con ellas. Sin embargo, vale la pena enfatizar dos aspectos de la intervención. Primero, estas características estratégicas nucleares no son universales a todas las terapias constructivistas, en el sentido de que dichas terapias componen un «grupo borroso» de enfoques con distintos límites (como ilustran los capítulos de este libro). Segundo, la relación entre las estrategias abstractas o heurísticas y las técnicas concretas o intervenciones no está determinada, sobre todo teniendo en cuenta la creatividad y resistencia a la prescripción que caracteriza a los terapeutas constructivistas. Así, estas características e intervenciones están pensadas solamente para ofrecer un campo general a las terapias que están organizadas alrededor de temas constructivistas, dejando a las personas que han colaborado en este libro, en capítulos posteriores, la tarea de presentar marcos específicos de intervención. Se puede encontrar en otros lugares una explicación más detallada de las características estratégicas distintivas de los enfoques constructivistas de evaluación clínica y psicoterapia (Mahoney y Gabriel, 1987; G. J. Neimeyer y R. A. Neimeyer, 1993; R. A. Neimeyer, 1993b).

Las preferencias estratégicas de los terapeutas constructivistas son coherentes con sus compromisos epistemológicos, tal como se señala en la tabla 2. Al mantener su conceptualización de los seres humanos como teóricos incipientes (Kelly, 1955) o narradores de su experiencia (Howard, 1991), los constructivistas imaginan el objetivo básico de la terapia como la promoción de esta actividad de creación de significado más que como la «corrección» de supuestas disfunciones o déficit en el pensamiento, emociones o conducta del cliente (Carlsen, 1989; R. A. Neimeyer, 1993a). Por lo tanto, en la evaluación, los constructivistas se concentran en identificar y finalmente reformular las metáforas centrales que constituyen la narrativa personal del cliente (Gonçalves, 1994; Woolum, 1994)³ así como en los

3. El vídeo de Sandy Woolum (1994), *Exploring Personal Metaphors*, se puede obtener en PsychoEducational Resources (P.O. Box 2196, Keystone Heights, FL 32656) así como información sobre la serie de vídeos de formación sobre la psicoterapia constructivista que representan muchos de los colaboradores de este libro.

Tabla 2. Preferencias estratégicas y técnicas seleccionadas de las terapias constructivistas.

Área	Preferencias estratégicas	Intervenciones representativas
Objetivo de la evaluación	Exploración de las narrativas personales, autobiografía, sistemas de constructos personales y familiares y jerarquías	Identificación de las metáforas centrales, revisión vital, rejillas, técnicas de escalamiento
Objetivo de la terapia	Creativo más que correctivo; promoción de la creación de significado y del desarrollo personal	Terapia de rol fijo, técnica del flujo de conciencia, facilitación de relatos significativos
Interpretación de la emoción	Tratamiento de una emoción negativa como integral al cambio constructivo; ser respetado más que controlado	Reprocesamiento de esquemas emocionales; revelación evocativa sistemática, exploración psicodramática
Nivel de intervención	Atención a los procesos del sí mismo, estructuras de rol nuclear, constructos familiares o premisas	Técnica de la moviola, representación de una relación de rol profunda, preguntas circulares, prescripción de rituales
Estilo de terapia	Personal más que autoritario; comprensión empática del punto de vista del cliente como base de la negociación	Enfoque crédulo, adopción del enfoque de «no saber», elaboración de una metáfora o historia
Enfoque de la «resistencia»	Entendida como un intento legítimo para proteger los procesos de ordenación nuclear; modular el ritmo del cambio	«Permitir» la resistencia, externalización del problema, identificación de resultados únicos

sistemas de significado personales y compartidos que resultan impermeables frente a las experiencias nuevas (Kelly, 1955). Esto normalmente lleva al terapeuta constructivista a niveles relativamente profundos de intervención, o cambios de segundo orden (Lyddon, 1990), centrándose en los procesos básicos del sí mismo (Guidano, 1991; Mahoney, 1991) que mantienen el sentido de identidad del individuo y la conexión esencial con los

otros. Por lo tanto, el terapeuta permanece alerta a la amenaza que puede suponer invalidar demasiado pronto las bases sobre las que se asienta la teoría del cliente y adopta una forma de relacionarse con él empática, colaboradora, respetuosa y, a veces, casi reverencial, cuando afronta la comprensible «resistencia» al cambio (Leitner, 1988; véase también el capítulo de Leitner de este libro). Como enfoque de la terapia orientado al proceso, el constructivismo fomenta una delicada armonía con las cuestiones implícitas, a menudo inarticuladas, de la conducta del cliente (R. A. Neimeyer, 1988b) e intenta ayudarlo a tejer, a lo largo de su experiencia, hilos de significado que le lleven a encontrar respuestas provisionales o preguntas mejores y más incisivas (Kelly, 1969b). Por último, el propósito de la terapia es crear una atmósfera personal e interpersonal en la que se puedan reformular y resolver los problemas en el lenguaje (Loos y Epstein, 1989) y en la que los clientes puedan reclutar validación social para representar nuevas identidades menos «saturadas del problema» (White y Epston, 1990).

METÁFORAS PARA LA PSICOTERAPIA

Aunque estas tendencias estratégicas caracterizan muchas formas de psicoterapia constructivista, en diferentes «linajes» o tradiciones del constructivismo (R. A. Neimeyer, 1993a) se tiende a enfatizar enfoques de intervención algo diferentes, especialmente a un nivel técnico concreto. Más adelante presento una visión general de las cuatro metáforas básicas para la terapia que aparecen de forma explícita o implícita en los escritos constructivistas: a) la terapia como una ciencia personal, b) la terapia como desarrollo del sí mismo, c) la terapia como reconstrucción narrativa y d) la terapia como una elaboración conversacional. Concluyo con unas pocas observaciones sobre las posibles tendencias futuras de la psicoterapia constructivista, anunciando temas que se explicarán con más profundidad en algunos de los capítulos que siguen.

La terapia como una ciencia personal

El modelo de la persona como un científico que formula hipótesis de manera activa y las mejora, revisa o elabora en el curso de la experiencia continua, representa la piedra angular de la teoría de los constructos personales, la primera teoría constructivista clínica significativa. Desde que Kelly (1955) propuso el paradigma de la ciencia personal como metáfora organizadora en la psicología y la psicoterapia como «postulado fundamental» de la teoría de los constructos personales, lo han adoptado no sólo las genera-

ciones posteriores de teóricos de los constructos personales (véase Epting, 1984; Fransella, 1972; Leitner y Dunnett, 1993; R. A. Neimeyer y G. J. Neimeyer, 1987), sino también un número considerable de terapeutas constructivistas que trabajan desde hace tiempo fuera de la tradición de los constructos personales (por ejemplo, Guidano y Liotti, 1983; Mahoney, 1977). También ha resultado ser un modelo atractivo para los terapeutas cognitivos de una tendencia más racionalista u objetivista. En muchos aspectos esta similitud en la terminología ha sido desafortunada, en el sentido de que los teóricos posteriores han tendido a interpretar la noción de ciencia personal para mantener una concepción de la ciencia «modernista» y empírico-lógica que está interesada en eliminar las inferencias distorsionadas o nulas (Beck, Rush, Shaw y Emery, 1979), adhiriéndose a los estándares de confrontación racional (Ellis, 1979) o promoviendo conductas gobernadas por reglas (Meichenbaum, 1977). En contraste, los teóricos constructivistas que han adoptado la metáfora se adhieren a una filosofía de la ciencia más contemporánea y poskuhniiana que enfatiza la naturaleza inherentemente funcional de todas las teorías e hipótesis (Vaihinger, 1924), el papel del conocimiento, muchas veces exaltado, en la actividad científica (Polanyi, 1958) y el paralelismo entre los períodos de crisis evolutiva individual y las convulsiones en los supuestos básicos que constituyen el cambio en un paradigma científico (Mahoney, 1980). Además, el énfasis posmoderno en el neopragmatismo o la utilidad como criterio central para la idoneidad del conocimiento sugiere que es más probable que los constructivistas imaginen a la persona como un científico «aplicado» que como uno «teórico», uno que está claramente interesado en las consecuencias que tendrá su experimentación en actos del mundo real. Así, las críticas recientes que se han hecho a la metáfora del científico personal (Wessler, 1987), respecto a que es demasiado cerebral e independiente para ofrecer una imagen creíble del funcionamiento humano, parecen estar dirigidas principalmente a la interpretación más racionalista y empírico-lógica del modelo, y dichas críticas realmente pueden apoyar la visión que anticiparon Kelly (1955) y otros constructivistas posteriores.

En este libro, la tradición de la terapia constructiva como el abandono, a veces aterrador, de las asunciones básicas de la propia vida y la experimentación creativa con nuevas posibilidades, está especialmente representada en los capítulos de G. J. Neimeyer, Leitner y Harter. Además del reconocimiento mutuo de que la búsqueda de nuevos significados plantea formidables cuestionamientos al cliente, estos autores también coinciden en la importancia que dan a la humildad del terapeuta y la participación personal en el proceso de cambio. El capítulo de Feixas sobre la integra-

ción de la teoría de los constructos personales y las terapias sistémicas también refleja la influencia de la metáfora de la ciencia personal aunque, en este caso, a los individuos se les asigna más el rol de teóricos familiares que se esfuerzan por crear y mantener un sistema de constructos adecuado para interpretar y regular las interacciones familiares. Sin embargo, a pesar de la diversidad de técnicas, formatos de terapia y poblaciones de clientes representados en estos capítulos, cada una de las personas que colabora en ellos intenta identificar condiciones que favorezcan una revisión progresiva del paradigma personal del cliente y un afrontamiento empático de la resistencia al cambio que surge a veces.

La terapia como desarrollo del sí mismo

Como indicó Mahoney (1993; véase también el capítulo 3 de este libro), la revolución cognitiva que reformó el campo de la terapia de conducta en los años setenta, ha evolucionado más a medida que un número cada vez mayor de teóricos y clínicos han empezado a adoptar principios constructivistas. Al abandonar el logocentrismo y realismo de las formulaciones anteriores, los antiguos partidarios del enfoque racional emotivo o cognitivo, como Wessler (1993), Young (1990) y Freeman (1993), han empezado a centrarse menos en el cambio cognitivo o conductual inmediato y más en las «reglas personales de vida» o «los esquemas desadaptativos tempranos» cargados emocionalmente y que están en la base de serios trastornos psicológicos. Este cambio de enfoque a su vez ha fomentado que se prestara una mayor atención terapéutica a las fases evolutivas tempranas (Freeman, 1993) o a las relaciones de apego (Bricker, Young y Flanagan, 1993; Liotti, 1987) en las que surgen diversos autoesquemas con trastornos, un terreno en otro tiempo abordado principalmente por los terapeutas psicodinámicos. Esta ampliación conceptual a un modelo de evaluación más evolutivo (véase también Lyddon y Alford, 1993) ha exigido una ampliación similar de las estrategias y técnicas terapéuticas. Mahoney (1991) por ejemplo, ha desarrollado diversos métodos para ayudar al terapeuta y al cliente a observar los procesos personales mencionados. Una de dichas técnicas es el método del flujo de conciencia, «un ejercicio en el que se invita al cliente a prestar atención y a informar, lo mejor que pueda, de los pensamientos, sensaciones, imágenes, recuerdos y sentimientos que fluyen continuamente» con una intrusión o interpretación mínima por parte del terapeuta (Mahoney, 1991, pág. 295; véase también R. A. Neimeyer, 1993d). Al igual que el trabajo con las dos sillas y las técnicas de imaginación usadas por Bricker y otros (1993), dichos métodos permiten ac-

ceder de nuevo a los autoesquemas latentes durante la sesión y modificarlos gradualmente. Un rasgo distintivo de dichos enfoques es su reconocimiento de que los cuestionamientos profundos del sí mismo se deberían basar en un descubrimiento cuidadoso y guiado más que en una postura directa, confrontadora y disputadora (Freeman, 1993).

En este libro, quienes mejor representan el modelo de terapia como forma acelerada de desarrollo del sí mismo son Guidano, Greenberg y Pascual-Leone, aunque las características de este enfoque impregnan algunos otros capítulos también. Guidano (1987, 1991), en particular, ha ampliado la «complejidad del sí mismo» que según él coevoluciona con la capacidad para la intersubjetividad en las relaciones humanas. En contraste con la concepción modernista de un sí mismo esencializado como entidad que abarca rasgos duraderos, el sí mismo imaginado por Guidano (1991) es un proceso dinámico de «construcción y reconstrucción de la realidad capaz de hacer consistente la experiencia continuada de ordenamiento individual» (pág. 5). En esta organización dinámica es central la interacción dialéctica entre la experiencia *yo* y la explicación *mí*, que produce un reordenamiento más o menos continuo del propio sentido consciente de sí mismo y de la realidad. Desde esta posición ventajosa, la terapia se convierte en un proceso de análisis evolutivo necesariamente emocional, en el que el cliente pasa por la «moviola», la repetición a cámara lenta de escenas de su pasado llenas de contenido emocional que están implicadas en la construcción de su actual sentido de sí mismo.

La contribución de Greenberg y Pascual-Leone a este libro se caracteriza por un énfasis paralelo en las dinámicas del autodesarrollo. Al unir la atención que Pascual-Leone presta a las transformaciones dialécticas en el conocimiento personal y la que Greenberg presta tradicionalmente a los acontecimientos de cambio emocional específico en terapia, los dos teóricos en colaboración «deshacen» (delinean sistemáticamente) la manera en que las tensiones esenciales en el sistema de esquemas del individuo establecen el escenario para integraciones experienciales de orden superior. Entre las características distintivas de esta perspectiva híbrida están su reconocimiento de los límites del mundo real en la adaptación humana y su intento de detallar los procesos que contribuyen al cambio en los sistemas de significado. Al igual que las técnicas reconstructivas de Clarke (1993) y de Greenberg y Safran (1987), las formas de tratamiento que derivan de este modelo suponen volver a acceder y reexperimentar emociones, algunas veces molestas, como condición previa para su reconstrucción terapéutica.

La terapia como reconstrucción narrativa

La tercera metáfora es la de la terapia como reconstrucción narrativa, la «reescritura biográfica» (Howard, 1990) de las historias vitales que se han vuelto limitadoras o incoherentes y requieren una corrección o elaboración significativas. Al igual que el constructivismo en sí mismo, este modelo se inspira en tendencias intelectuales que trascienden el campo de la práctica clínica, desde campos tan diversos como la ciencia cognitiva (Abelson, 1989) y la psicología cultural (Bruner, 1990). A lo largo de las ciencias humanas y las humanidades, durante la pasada década se ha ido «narrando», disciplina tras disciplina, a medida que los académicos van descubriendo que se revelan nuevas facetas cuando se ve el contenido como una forma de construcción o desconstrucción de una historia.

Particularmente en el campo de la psicoterapia, la visión de los seres humanos como narradores de historias empedernidos tiene un poderoso atractivo heurístico. Como narradores, el significado de nuestras vidas está dictado por las historias que vivimos y que contamos (Mair, 1989), es decir, por la manera en que asociamos los acontecimientos en secuencias significativas (Vogel, 1994) que nos aportan una sensación de ser nosotros mismos los protagonistas de nuestra propia autobiografía (Mancuso y Sabin, 1983). Pero como todas las historias no son comedias, no todas las vidas historiadadas cumplen los criterios para una satisfactoria o profunda «búsqueda narrada o narrable» (MacIntyre, 1981, pág. 203). En efecto, los clientes muchas veces buscan terapia o son derivados a ella cuando se identifican con sus problemas y están sujetos a una «narrativa dominante» que incapacita, delimita o niega su persona (White y Epston, 1990). Bajo dichas condiciones, un terapeuta constructivista que utilice esta metáfora «no trabajará palabra por palabra ni frase por frase, comprobando cada una de ellas frente a los estándares actuales de evidencia sino que procederá a un nivel más holístico, por lo cual la adopción de un nuevo juego lingüístico hará entrar en nuevos estándares» (Russell, 1991, pág. 250). Así, en contraste con los terapeutas cognitivos que intentan desmantelar los pensamientos automáticos distorsionados, las creencias irracionales y las inferencias ilógicas de forma poco sistemática, los terapeutas constructivistas intentan articular el subtexto temático que subyace al argumento de la vida del cliente y ayudarlo a experimentar con argumentos nuevos que abren posibilidades para nuevos capítulos.

Entre el creciente escuadrón de terapeutas que abordan su trabajo desde esta postura metafórica, White y Epston (1990) han sido particularmente creativos al idear ingeniosos y prácticos «medios narrativos para fi-

nes terapéuticos». El primer paso crucial para liberar a los clientes de una historia que subyuga y oprime sus vidas es «externalizar el problema», antropomorfizando el síntoma o problema (por ejemplo, depresión) como algo externo al cliente identificado. El terapeuta guía entonces al cliente para que detalle los «efectos reales» del problema en su vida (por ejemplo, exigiendo una vida de confinamiento solitario o forzando al cliente a descuidar sus propias necesidades corporales). El cliente, al distanciarse del problema de esta manera, está mejor preparado para resistir sus demandas en su vida y para «representar una historia alternativa» cargada de una mayor sensación de agencia personal y de plenitud. Aunque el principal mérito para que el cliente vuelva a ser autor de su propia vida es suyo, el terapeuta desempeña un papel crucial al promover y validar una nueva historia enfatizando aquellas consecuencias únicas que no se ajustan a los requisitos del problema externalizado. Para llevar a cabo esto, el terapeuta debe recurrir a un amplio repertorio de herramientas narrativas, como otorgar diplomas en los que se certifica formalmente el dominio que tiene el cliente sobre el problema, conceder certificados que dan fe del autococonocimiento que tan duramente ha logrado el cliente, o escribir cartas entre sesiones en las que se recalcan las victorias destacadas que hacen alusión a la última entrevista o que expresan la curiosidad del terapeuta sobre las posibles evoluciones que hay que revisar en la siguiente semana (White y Epston (1990). En su capítulo que aparece en este libro, Epston y White amplían este tema y ofrecen directrices en forma de ritos de pasaje terapéuticos e investigaciones que pueden ayudar a consolidar los logros que ha conseguido el cliente durante el curso de la terapia.

La terapia como una elaboración conversacional

Una última metáfora terapéutica que está muy cercana al modelo narrativo es la de la terapia como la elaboración de una conversación. Los defensores de este enfoque, especialmente en las terapias familiares sistémicas, ven los sistemas humanos como quintaesencialmente generadores de lenguaje, que definen su organización a través del discurso y la negociación. Desde esta perspectiva, el significado surge a través del acto comunicador en vez de residir en los sí mismos individuales o conocedores, y la terapia en sí misma se convierte en un ejercicio de «lenguaje» (*languageing*) entre todos los miembros del «sistema organizado alrededor del problema» (H. Anderson y Goolishian, 1992).

Si los sistemas de constructos familiares (Feixas, 1990; Procter, 1987), paradigmas familiares (Reiss, 1981), o premisas familiares (Penn, 1985) es-

tán determinados por el lenguaje, el papel del terapeuta es elucidar y cuestionar sutilmente aquellos «acuerdos contractuales mantenidos en el lenguaje» que solidifican las relaciones (a veces disfuncionales) de los miembros de la familia entre sí (Efran y otros, 1990). Mediante el uso de preguntas circulares (Selvini-Palazzoli, Boscolo, Cecchin y Prata, 1980), formuladas desde una actitud de curiosidad genuina y de «no conocer» (H. Anderson y Goolishian, 1992), el terapeuta actúa como director de la conversación para co-construir una nueva historia con la familia que tenga coherencia, que sea relevante para los que luchan alrededor del problema, y que les dé una sensación de posibilidad elaborativa (Loos, 1993).

En este libro, Efran y Fauber despliegan la presentación, a veces abstracta, de esta perspectiva constructivista radical y explican de una manera clara sus implicaciones para la psicoterapia. Debido a que ellos ven los problemas como «dilemas no resueltos» creados y mantenidos en la esfera del lenguaje, consideran la conversación como el medio necesario para solucionar problemas en todas las psicoterapias, independientemente de la escuela o pensamiento a la que pertenezca el terapeuta. Sin embargo, construyen la conversación terapéutica de una manera amplia, como una forma de intercambio o representación simbólica que tiene resonancias emocionales, en vez de como una fina línea de afirmación verbal que se distingue claramente del afecto y la conducta. La colaboración de Epston y White amplía esta perspectiva, ofreciendo una taxonomía de preguntas estimulantes que el terapeuta puede usar como un artista conversacional para elaborar una identidad más constructiva con el cliente y para reclutar apoyo social para dicha identidad. Finalmente, Feixas llena el vacío que separa a veces a las expresiones sistémicas del constructivismo y las que están basadas en el lenguaje de aquellas que históricamente se han centrado más en el individuo. Los esfuerzos realizados para integrar las diferentes tradiciones del constructivismo pueden llevar a un modelo más extenso del cambio humano (véase también el capítulo de Lyddon que aparece en este libro) y su facilitación en psicoterapia.

POSIBLES ORIENTACIONES FUTURAS DE LA PSICOTERAPIA CONSTRUCTIVISTA

Ahora que he dado una visión general de la psicoterapia constructivista concebida como una forma de práctica posmoderna, quizá sería apropiado que acabara con unas cuantas reflexiones sobre las posibles orientaciones futuras de esta perspectiva clínica emergente. Aquí trato estos temas de manera breve porque algunos de ellos los amplía Mahoney en

el último capítulo. En particular espero destacar a) la relevancia del constructivismo para la investigación en psicoterapia, b) su papel potencial en la exploración de la integración en psicoterapia y c) algunas de las tensiones internas no resueltas que hay en la familia de terapias constructivistas que merecen la atención de futuros investigadores.

Las aportaciones del constructivismo a la investigación en psicoterapia

Es suficiente revisar brevemente los compromisos del constructivismo esquematizados en la tabla 1 para plantearse preguntas significativas sobre el lugar que ocupa el pensamiento constructivista en la psicología, concebida como un campo de estudio científico. Con su desconfianza inherente en el discurso objetivista sobre las «realidades cognoscibles», su resistencia iconoclasta a la prescripción metodológica y su celebración pluralista de la multiplicidad interpretativa, parecería poco probable que los constructivistas contribuyeran a una tradición en la investigación caracterizada por una preocupación por la objetividad, el control experimental y el desarrollo de una base de conocimiento seguro que guíe las aplicaciones a la práctica. En efecto, se ha criticado a los constructivistas por su ambivalencia hacia las premisas, métodos y modelos que sostienen la investigación tradicional, un cambio que se trata con mayor detalle en otro lugar (R. A. Neimeyer, en prensa). Sin embargo, creo que la «posición distante» de los constructivistas respecto a un enfoque objetivista puede ser una ventaja en ciertos aspectos, permitiéndoles realizar al menos dos aportaciones distintivas a la investigación en psicoterapia.

Primera, dados los desarrollos metodológicos y conceptuales que existen en psicología (Steenbarger, 1991), al menos alguna forma de teoría y método constructivista puede ser suficientemente familiar para ser asimilada en la investigación actual, en un paradigma de «ciencia normal». Por ejemplo, la teoría de los constructos personales ha generado cientos de publicaciones, la mayoría de los cuales utilizan métodos como la técnica de la rejilla para estudiar las estructuras conceptuales tradicionales y su modificación (R. A. Neimeyer, Baker y Neimeyer, 1990). En el contexto de la investigación en psicoterapia dichos métodos pueden ayudar a los investigadores a tratar toda una gama de preguntas sobre el papel de los sistemas de significado personal en el cambio terapéutico, la naturaleza del encuentro cliente-terapeuta o cliente-terapia, las conceptualizaciones que tiene el terapeuta de la terapia y la relación entre el proceso de terapia y el resultado (R. A. Neimeyer, Harter y Alexander, 1991; Winter, 1990, 1992; véase también el capítulo de Herman que aparece en este libro). Aunque

los estudios empíricos sobre los resultados diferenciales de diversas psicoterapias o los estudios sobre preferencias de tratamiento que señalen las diferencias entre las terapias constructivistas y las no constructivistas (Karst, 1970; Vincent y LeBow, en prensa) son visiblemente poco frecuentes, los investigadores han sido mucho más activos al usar métodos constructivistas para estudiar los procesos de cambio idiográfico que se producen en terapia, independientemente de la orientación teórica que siguen (Caine, Wijesinghe y Winter, 1981; Koch, 1983; Ryle, 1980). La diversidad de estrategias de intervención basadas en la entrevista que surgen en la teoría de los constructos personales (Landfield y Epting, 1987), la teoría evolutiva (Ivey, 1991) y las perspectivas de familia (Hoshmand, 1994; R. A. Neimeyer, 1993e) ofrece un rico tesoro de recursos para los investigadores en psicoterapia que comparten un interés común por la reconstrucción del significado, ya sea en un contexto individual o familiar sistémico (Rigazio-DiGilio, 1994; véase también el capítulo de Feixas que aparece en este libro).

Una segunda aportación que podrían hacer los constructivistas es hacia la sofisticación de la investigación sobre el proceso de la psicoterapia, especialmente del trabajo que adopta una perspectiva de «acontecimientos de cambio» (Rice y Greenberg, 1984) o un enfoque narrativo (Toukmanian y Rennie, 1992). Desde la primera perspectiva Greenberg (1986) defiende que «surgirá un mayor entendimiento de la terapia descubriendo *qué intervenciones producen qué tipo de impacto en qué momento particular de la terapia del cliente*» (págs. 717-718). Este cambio conceptual en el enfoque de la investigación necesita un cambio paralelo en las unidades de análisis, concentrándose en aquellos «marcadores» centrales de procesos importantes que se producen en el cliente durante la sesión (por ejemplo, expresión de conflictos internos), seguidos por la intervención del terapeuta y la posterior reacción o «representación» del cliente. Estos acontecimientos se pueden estudiar con detalle secuencial para elaborar un modelo conceptual de cambio y verificarlo al contrastarlo con observaciones posteriores del mismo acontecimiento marcador en el mismo o en diferentes clientes. Entre los propósitos de esta estrategia de investigación estaría identificar los marcadores del cliente que invitan a la intervención para especificar las intervenciones del terapeuta que facilitarán el cambio en esas coyunturas y para definir las representaciones del cliente como respuesta a estas intervenciones que promoverán tanto el cambio inmediato como el duradero (Greenberg, 1986). Tanto la investigación constructivista sobre los sistemas perceptuales del cliente de Toukmanian (1992) como el análisis de la tarea de la resolución del conflicto interper-

sonal de Greenberg (1992) ofrecen ejemplos de la heurística y resultados aplicados de este tipo de investigación. Una de las ventajas de este enfoque al estudiar los procesos de terapia es que está más cerca de los detalles de la práctica clínica que de los diseños correlacionales y experimentales, más globales, que tienden a predominar en el estudio de la psicoterapia.

Aunque el enfoque de los acontecimientos de cambio se desvía en muchos aspectos de la investigación convencional sobre el proceso de psicoterapia, se puede considerar que encaja en una orientación «paradigmática» interesada en descubrir leyes generales o patrones para adaptar sistemas de códigos aplicados externamente a los comportamientos observables del cliente o a su estructura cognitiva. En contraste, una estrategia de investigación «narrativa» sería más hermenéutica y cualitativa, concentrándose en el relato del propio cliente o del terapeuta de sus intenciones en un intercambio terapéutico dado (Rennie y Toukmanian, 1992). Rennie (1992) ha ofrecido un ejemplo excelente de este empuje narrativo al investigar el proceso de terapia, usando repeticiones grabadas de las sesiones de terapia para estimular los recuerdos del cliente de la experiencia de horas enteras de psicoterapia. Estos recuerdos espontáneos se transcriben, ofreciendo de 40 a 80 páginas de texto por cliente, y se segmentan en unidades de significado para un análisis teórico sólido. Uno de los resultados de la investigación de Rennie ha sido que ha desarrollado una taxonomía detallada de las categorías de respuesta organizadas jerárquicamente respecto a su nivel de abstracción. Por ejemplo, ha subsumido ejemplos del *insight* del cliente y de su contacto con emociones en una categoría supraordenada relacionada con «la búsqueda de significado», mientras se integran las respuestas que sugieren defensividad o resistencia bajo el título de «evitación del significado». Estas categorías supraordenadas están en sí mismas subsumidas bajo una categoría principal de «relación con significado personal» que es una de las cuatro categorías del sistema actual. Finalmente, en el nivel más alto de abstracción está la «categoría nuclear» de «la reflexividad de los clientes» un título que abarca la sensación de conciencia y participación personal del cliente.

Algunos de los programas de investigación más vigorosos e interesantes en el cambio psicoterapéutico combinan aspectos de las tradiciones paradigmática y narrativa. Las series de estudios sistemáticos de Martin (1992) son ejemplares con respecto a esto, trazando gráficos de los incrementos graduales de la complejidad y ordenación de las teorías personales de los clientes en el curso de una terapia exitosa. Lo que hace de esta investigación una contribución más importante a la teoría y la práctica es que

encaja con un modelo de desarrollo de cómo funciona la terapia, basado en la interacción recíproca entre recuerdos y teorías personales y en su transformación en el crisol de la conversación terapéutica (Martin, 1994).

Tomadas en conjunto, las incursiones constructivistas en el terreno de la investigación paradigmática (más objetiva o cuantitativa) y la investigación narrativa (más subjetiva o cualitativa) han empezado a contribuir al entendimiento de los procesos de cambio en el encuentro terapéutico. Sin embargo, esta fidelidad dual a dos epistemologías un tanto irreconciliables puede ser problemática tanto a nivel conceptual como de procedimientos, a pesar de que existen algunos programas híbridos, como los de Angus (1992) sobre la metáfora o Martin (1992) sobre la mediación cognitiva. Por ejemplo, Rennie y Toukmanian (1992) han defendido que «cada uno de los dos enfoques de explicación (el paradigmático y el narrativo) impone una lógica de justificación diferente e intenta someter ambos enfoques a las mismas normas, lo que podría debilitar a cada uno de ellos» (pág. 246). Aunque está claro que las implicaciones metodológicas de una postura constructivista en la investigación todavía se están desarrollando (Viney, 1988), está igualmente claro que los investigadores constructivistas están contribuyendo ya a la base del conocimiento relacionado con la psicoterapia, de manera que es igualmente formativa para académicos y para clínicos (Hoshmand, 1994).

Constructivismo e integración en psicoterapia

Durante las últimas décadas el crecimiento en el área de la psicoterapia ha sido prodigioso, llevando a la proliferación de cientos (en sentido literal) de enfoques identificables en psicoterapia, y cada año se anuncian más enfoques «innovadores» (Norcross, 1986). Quizá de una manera algo irónica, este estado de cosas ha provocado un número igualmente desconcertante de llamadas a la integración o acercamiento de diferentes perspectivas (Mahrer, 1989), la mayoría de las cuales comparten el objetivo de producir un cuerpo de conocimiento unificado que pueda guiar tanto la investigación como la práctica (Staats, 1991). Aunque dicha meta es loable en algunos sentidos, los constructivistas han abrazado esta tendencia con cierta ambivalencia, planteando problemas y perspectivas relevantes para la evolución futura de la integración en psicoterapia.

A cierto nivel los constructivistas han expresado serias reservas sobre la ingenuidad epistemológica de los enfoques más comunes respecto a suptar o sintetizar diferentes escuelas de terapia. Por ejemplo, una forma intuitiva de eclecticismo que selecciona técnicas basándose solamente en

su atractivo puede llevar a una forma de terapia fortuita y atórica, mientras que el enfoque opuesto de la integración teórica de modelos conceptualmente antagónicos (por ejemplo, terapia de conducta y psicoanálisis) corre el riesgo de llevar a una incoherencia teórica. Incluso los llamamientos a los «factores comunes» que se supone que operan en todas las terapias o a un «lenguaje común» que trascienda las jergas de diferentes escuelas no están exentos de problemas porque amenazan con reducir los multifacéticos enfoques a un «mínimo denominador común» y con simplificar un discurso teóricamente rico que está basado en diferentes tradiciones de pensamiento (véase R. A. Neimeyer, 1993c, para una exposición más amplia). Al mantener los compromisos epistemológicos esquematizados en la tabla 1, los constructivistas tienden a ser pluralistas y a tomar perspectiva en su manera de enfocar la teoría y desconfiando de los movimientos que se dirigen a la hegemonía en cualquier enfoque o terminología. Tal como observó Messer (1987) «siendo la naturaleza humana lo que es, seguro que continuará habiendo una diversidad de teorías y lenguajes, al menos en aquellas áreas del mundo en las que se anima a las personas a pensar de manera libre, creativa y divergente» (pág. 196).

A pesar de su escepticismo respecto a un sistema plenamente unificado y universal para la psicoterapia, los constructivistas reconocen el valor de estimular un mayor diálogo entre los límites, a veces arbitrarios, que han separado las diferentes tradiciones terapéuticas, así como la importancia de mantener cualquier enfoque de terapia suficientemente permeable para acomodar nuevos desarrollos. Por esta razón, he intentado en otra parte (R. A. Neimeyer y Feixas, 1988a, 1993c; R. A. Neimeyer y Feixas, 1990) crear un modelo de integración de la psicoterapia que evite los escollos asociados con formas de eclecticismo atóricas o puramente impulsadas por los datos que pasan por alto los espinosos aspectos conceptuales que se deben confrontar en la fusión de diferentes teorías. Este enfoque alternativo, llamado *integracionismo teórico progresivo* (ITP), tiene como meta la elaboración de una teoría coherente que explique y limite las intervenciones psicoterapéuticas. Así, al igual que otras formas de eclecticismo sistematizadas, supone un intento de ofrecer tanto una conceptualización como una dirección para la práctica clínica. A nivel de procedimiento, está formada por tres dialécticas respecto a la integración: a) entre la teoría y la práctica, fomentando un intercambio en el que cada una de ellas enriquece a la otra; b) entre una escuela dada de psicoterapia y desarrollos en otras disciplinas (por ejemplo, la ciencia cognitiva y la hermenéutica); y c) entre escuelas seleccionadas de psicoterapia. Debido a que la mayoría de los entusiastas de la integración están interesados prin-

principalmente en esta tercera área, he dedicado más atención a articular los límites estructurales sobre la combinación de técnicas psicoterapéuticas basadas en diferentes tradiciones intelectuales, defendiendo que «un alto nivel de síntesis entre dos teorías cualesquiera de psicoterapia sólo es factible en la medida en que compartan supuestos teóricos y metateóricos» (R. A. Neimeyer, 1993c, págs. 144-145). Desde este punto de vista, algunas teorías serían buenas candidatas para construir un puente (por ejemplo, el enfoque narrativo y el de los constructos personales, véase más adelante) mientras que los intentos de integración entre modelos incompatibles a nivel abstracto (por ejemplo, psicoanálisis y terapias familiares estructurales) se podría predecir que producirían sólo una colección de conceptos confusa que resistiría cualquier coordinación o articulación seria.

Aunque se podría fomentar un modelo de integración ITP desde cualquier grupo de enfoques que sean congruentes a nivel metateórico y epistemológico (somos testigos de la fructífera fusión entre la tendencia mecanicista conductual y la del procesamiento de la información, que han encontrado su expresión en muchas formas de terapia cognitivo-conductual), el constructivismo parece representar en sí mismo una base de encuentro particularmente propicia para los potenciales integracionistas. En el caso ideal, un modelo ITP sugeriría que la fusión más progresiva se daría entre enfoques que fueran congruentes en sus supuestos centrales sobre la naturaleza de los seres humanos, los procesos de conocer, etc., pero que fueran distintivos a un nivel técnico más concreto, y de este modo contribuirían a la ampliación de las técnicas terapéuticas dentro de un marco teórico consistente pero enriquecido (R. A. Neimeyer, 1993c). Las terapias constructivistas se aproximan a esas condiciones ideales, puesto que convergen a nivel metateórico a la vez que llevan consigo su patrimonio práctico y estratégico único. Por ejemplo, Sass (1992) ha detallado el giro posmoderno del psicoanálisis, en el que teóricos como Schafer (1983) y Spence (1982) han abandonado la visión tradicional de *insight* como descubrimiento de recuerdos reprimidos y, en su lugar, han empezado a ver dichos recuerdos más como inventados que como recuperados y como sujetos a la demanda de una narrativa «fluida». Se pueden encontrar confirmaciones paralelas de esta visión narrativa de la interpretación histórica en la teoría de los constructos personales (Kelly, 1969a), en las terapias familiares sistémicas (Efran y otros, 1990), y en otros enfoques basados en la analogía entre el texto y el tratamiento (White y Epston, 1990). De manera similar, los representantes de una amplia gama de terapias han adoptado principios constructivistas como los que se esbozan en la tabla 1 (R. A. Neimeyer y Feixas, 1990) haciendo excelente la perspectiva de su fecun-

dación cruzada, como ejemplifica la integración entre la terapia de los constructos personales y la sistémica realizada por Feixas en este libro. Por lo tanto, el constructivismo parece estar bien posicionado para desempeñar un papel más que aleccionador en la evolución de la integración en psicoterapia, fomentando el tipo de intercambio conceptual que debería producir teorías más exhaustivas pero, sin embargo, relacionadas dentro de la psicoterapia.

Tensiones internas en el movimiento constructivista

En cierto sentido, hablar de «constructivismo» en singular es más retórico que realista, si entendemos que cualquier escucha atenta a los coros posmodernos revela una polifonía de voces, y no todas ellas cantan en la misma clave (R. A. Neimeyer, Neimeyer, Lyddon y Hoshmand, 1994). Incluso en el campo más restringido de la psicoterapia, los constructivistas han sido pluralistas, de manera enérgica, en sus postulados y procedimientos, como indica la lectura de los capítulos posteriores de este libro. Aunque pueden estar unidos en su oposición a una epistemología objetivista y sus implicaciones (tecnológicas y basadas en el poder) para las profesiones de la ayuda, los profesionales posmodernos muestran una divergencia considerable respecto a cuestiones importantes, a veces hasta el punto de llegar a la contradicción.

Una de dichas áreas de conflicto tiene que ver con la centralidad del sí mismo en el discurso constructivista. Para algunos autores (por ejemplo, Guidano, 1991; Mahoney, 1991) la construcción de un «sí mismo en proceso» (Kegan, 1982) que consolida el significado de la experiencia se puede ver como el principio organizador central de la vida, y el cuestionamiento del propio sentido del sí mismo nuclear desencadena el tipo de desequilibrio que trae a los clientes a terapia. En contraste, otros pensadores posmodernos (Lather, 1992; Sampson, 1989) hacen referencia a la «muerte del sí mismo», es decir, a la disolución de cualquier concepción de individualidad como entidad unitaria y soberana distinguible del «texto» del mundo. En su estado más extremo, los académicos desconstruccionistas celebran el fallecimiento de la subjetividad personal y del sí mismo idiosincrásico y su sustitución por «la sensación de irrealidad, más anónima, que transporta el flujo de imágenes en los medios de comunicación que nos rodean como una atmósfera» (Sass, 1992, pág. 176). Esto, a su vez, conjura un grupo de cuestiones existenciales diferentes a las que hace frente el sujeto posmoderno, ya sea dentro o fuera de la terapia. Como observó Sass (1992):

En vez del viejo patetismo de la distancia... la condición de un sí mismo interno aísla de cierta realidad inalcanzable, entramos en un universo desprovisto de objetos y de sí mismos: donde sólo hay una multitud de «sí mismos objetos», imágenes y simulacros que nos llenan de resistencia (Sass, 1992, pág. 176).

En el campo de la psicoterapia, esta pérdida de la participación individual tiene la implicación paradójica de que «la vida es impulso sin sentido en el que cada hablante esparce un suministro de inferencias causales aparentemente inagotable (Efran y otros, 1990, pág. 97). Entre estos polos conceptuales de la psicología centrada en el sí mismo y la desinteresada por este aspecto hay una gama de posiciones constructivistas más «agnósticas» que no atribuyen una naturaleza esencial a los seres humanos pero que, sin embargo, les otorgan cierta autonomía limitada al definir su propia persona en diferentes contextos culturales e históricos (Mair, 1977).

Estrechamente unida a esta tensión esencial en cuanto al papel del sí mismo está el debate relacionado con el *locus* de significado, es decir, si se encuentra en la «predicación» o afirmación individual de algún esquema organizador en un contexto dado (Rychlak, 1990) o en un lenguaje o sistema de símbolos definidos comunalmente a partir del cual derivan de manera esencial los actos de significado del «individuo» (Gergen, 1985). Aunque dichas disputas puedan parecer remotas desde el campo de la práctica clínica, tienen implicaciones respecto a las estrategias psicoterapéuticas: los defensores de la primera perspectiva, más individualista, utilizan procedimientos que invitan a una mayor autorreflexión por parte del cliente (Guidano, 1991; Mahoney, 1991; R. A. Neimeyer, 1993d) y los defensores de la última, una perspectiva más basada en el lenguaje, enfatizan procedimientos más conversacionales para co-construir el significado en la interacción terapéutica (H. Anderson y Goolishian, 1992; Loos, 1993).

Hay una mirada de diferencias (muchas de las cuales se comentan a lo largo de este libro) que distinguen a las diferentes versiones del constructivismo, incluyendo su defensa o evitación de la terminología cognitiva (véase Bricker y otros, 1993; Middleton y Edwards, 1990), su preferencia por una facilitación respetuosa o una negociación vigorosa del cambio terapéutico (véase el capítulo de Leitner y el de Efran y Fauber que aparecen en este libro), su aceptación crítica o su rechazo del realismo ontológico (Mahoney, 1991; Maturana y Varela, 1987), y su confirmación de un modelo paradigmático o narrativo de investigación psicoterapéutica (Rennie y Toukmanian, 1992). En efecto, se pueden esperar estas diferencias en la inflexión o ideología entre los defensores del pluralismo posmoderno,

quienes a veces parecen valorar la iconoclasia intelectual por encima de la coherencia conceptual. Pero dicha diversidad plantea cuestionamientos a los teóricos y clínicos constructivistas, mientras luchan por mantener un diálogo significativo a través de las divisiones que separan a algunos subgrupos de otros (R. A. Neimeyer, en prensa). En efecto, es más probable que este diálogo crezca que que se vuelva menos confuso en un futuro inmediato, mientras las personas que antes eran partidarias de psicoterapias más racionalistas u objetivistas intenten redefinirse en términos constructivistas y narrativos (Ellis, 1993; Meichenbaum, 1993).

Si hay alguna «solución» provisional al cuestionamiento de esta diversidad, ésta se encuentra en la dirección de un academicismo crítico que intente articular los matices que distinguen a diferentes «variedades de experiencia constructivista», tanto a nivel metateórico como aplicado (véase Botella, en prensa y el capítulo de Lyddon que aparece en este libro para un excelente comienzo). Finalmente el diálogo resultante, tanto interno como externo, podría ser un trabajo preliminar para un constructivismo más exhaustivo que puede ayudar a modelar el futuro, así como el presente, de la psicoterapia.

BIBLIOGRAFÍA

- Abelson, R. P. (1989), «Psychological status of the script concept», *American Psychologist*, 36, págs. 715-729.
- Anderson, H. y Goolishian, H. (1992), «The client is the expert: A notknowing approach to therapy», en S. McNamee y K. J. Gergen (comps.), *Therapy as social construction* (págs. 25-39), Newbury Park, CA, Sage.
- Anderson, W. T. (1990), *Reality isn't what it used to be*, Nueva York, Harper & Row.
- Angus, L. E. (1992), «Metaphor and the communication interaction in psychotherapy», en S. G. Toukmanian y D. L. Rennie (comps.), *Psychotherapy process research* (págs. 187-210), Newbury Park, CA, Sage.
- Bartlett, F. C. (1932), *Remembering*, Cambridge, Cambridge University Press.
- Bateson, G. (1972), *Steps to an ecology of mind*, Nueva York, Dutton.
- Beck, A. T., Rush, J., Shaw, B. y Emery, G. (1979), *Cognitive therapy of depression*, Nueva York, Guilford Press.
- Botella, L. (en prensa), «Personal construct theory, constructivism, and postmodern thought», en R. A. Neimeyer y G. J. Neimeyer (comps.), *Advances in personal construct psychology*, Greenwich, CT, JAI Press.
- Bricker, D., Young, J. E. y Flanagan, C. M. (1993), «Schema-focused cognitive therapy», en K. T. Kuehlwein y H. Rosen (comps.), *Cognitive therapies in action* (págs. 88-124), San Francisco, Jossey-Bass.
- Bruner, J. (1990), *Acts of meaning*, Cambridge, MA, Harvard University Press.

El constructivismo está obligando a pensadores de todas las disciplinas a reconsiderar algunas de sus creencias más profundamente arraigadas, pero a la vez más limitadoras, sobre la naturaleza humana y la naturaleza del cambio. Por eso era urgente construir una base definitiva para entender la terapia constructivista, así como sus diversas versiones actuales, y esta tarea es la que emprende el presente libro, resumiéndola en una cuestión clave: ¿cómo encuentran los psicólogos las tramas narrativas que ayudan a los individuos con dificultades a tejer de nuevo el entramado de su vida?

De hecho, este libro está pensado para que los investigadores y los científicos sociales puedan descubrir que el constructivismo ofrece una de las mejores oportunidades para la integración teórica en psicología. Y constituye una excelente oportunidad, en fin, para explorar y mantener el ritmo de crecimiento de esta tendencia, que ya ocupa un lugar central en la teoría y la práctica psicológicas del mundo posmoderno.

Robert A. Neimeyer es profesor de Psicología en la Universidad de Memphis, en Tennessee, y autor de varios libros, entre los que se cuentan *The Development of Personal Construct Psychology* y *Métodos de evaluación de la ansiedad ante la muerte*, este último también publicado por Paidós. Michael J. Mahoney es profesor de Psicología en la Universidad del Norte de Texas, en Denton, y autor, entre otros textos, de *Human Change Processes* y *Cognición y psicoterapia*, igualmente editado por Paidós.

ISBN 84-493-0538-1

