

Una confluencia en las narrativas

Alberto Fernández Liria

Postmodernidad, ciencia y pensamiento crítico

Confluencias en las narrativas

En una versión anterior de este capítulo Beatriz Rodríguez Vega consiguió fundir en un texto único lo que una y otro habíamos escrito sobre el tema. Aquel texto tenía la virtud de situar nuestra visión de las narrativas y de las relaciones de la psicoterapia con lo que llamamos *realidad*, en el contexto de un amplio movimiento que ha desarrollado ya un largo recorrido histórico y de reunir en él la práctica totalidad de las concepciones que conjuntamente hemos ido desarrollando al respecto. Tenía, sin embargo, para mí, un inconveniente. Personalmente no me encuentro cómodo aceptando que mi reflexión sobre la naturaleza de la psicoterapia, la realidad o la actividad científica forme parte del conjunto de ideas que constituyen lo que ha dado en llamarse *postmodernidad*. Tampoco creo que para sostenerlas haya que recurrir a las ideas de los pensadores llamados *postmodernos*, ni a la lectura que ellos hacen de lo acontecido en los últimos años en los campos de la actividad científica, la literatura o la política (que no comparto).

Me han interesado algunas de las enseñanzas que los psicoterapeutas constructivistas dicen haber extraído de los teóricos de la postmodernidad (de Lyotard a Gadamer, pasando Derrida y Rorty o Gergen, y, por supuesto, por ciertos textos de Foucault). Pero casi siempre que he intentado recu-

rrir a las fuentes me he encontrado decepcionado, obligado a comulgar con alguna que otra rueda de molino y exigido a realizar un esfuerzo que, a la larga, no me parecía ni rentable ni necesario. En algunos momentos me ha dado vergüenza confesar esto. Me ayudó a adoptar la postura que desarrollo en este capítulo que mi hermano Carlos me brindara el fragmento de la entrevista realizada a Noam Chomsky por Heinz Dieterich, que no me puedo resistir a transcribir a continuación.

- *¿Cual es tu opinión sobre el postmodernismo?*
- *Creo que es parte de la manera en la que la comunidad intelectual realiza su trabajo de marginar y confundir a la gente. No quiero decir que no tenga ningún sentido, pero diría que algo como el 90% es una delusión total. Y esto es muy útil. Mantiene los puestos de trabajo de los intelectuales, etc... Para mí es realmente difícil comentarlo, porque la mayor parte ni siquiera lo entiendo. No creo ser mas tonto que una persona normal, porque puedo entender otras cosas difíciles. Pero cuando miro estas cositas (stuff), se me saltan los ojos (my eyes glace over). ¿De que están hablando? Y cuando entiendo de qué están hablando –que sucede raras veces – entonces se trata de verdades evidentes (truism), por ejemplo: que no existen últimos principios del conocimiento –que ha sido obvio desde hace 300 años –; o es simplemente non sense, idioteces: por ejemplo, que no hay realidad sino sólo textos. Si hay otra cosa que idioteces y trivialidades yo no las he encontrado. Pero es muy útil. Intimida a la gente joven. Es bueno para hacer carrera y te permite tener una pose de ser mas radical que los otros, mientras básicamente te sustraes de cualquier forma de lucha. Hay gente seria y buena involucrada en esto, pero como una opinión general, me parece que no es falso lo que te digo.*
- *¿Tú has escrito algo sobre esto?*
- *Sólo cuando me arrastran a ello. He estado bajo mucha presión de discutir estos tópicos porque han causado una gran histeria entre la izquierda. Participé alguna vez en un intercambio sobre racionalidad y postmodernismo. Pero procuro no perder mi tiempo en estas cosas.*

(Chomsky N, Dieterich. H.Hablemos de terrorismo. Pamplona: Txalaparta 1998 pp 137-138)

También podría aplicarse a esto lo que Claude Levy Strauss decía en otra entrevista sobre su amigo Jacques Lacan:

- *¿Y que opina de sus trabajos?*
- *Primero habría que comprenderlos. Y siempre he tenido la impresión de que para sus fervientes admiradores, “comprender” no quería decir lo mismo que para mí. Yo habría necesitado 5 o 6 lecturas. A veces hablábamos de ello Merleau Ponty y yo. Y siempre llegabamos a la conclusión de que no teníamos tiempo.*
- *Sin embargo, Usted le ha citado*
- *Una sola vez creo, Y sólo por amistad*

Levy Strauss C. De prés et de loin. Paris Editions Odile Jacob 1988. (Trad cast: De cerca y de lejos Madrid: Alianza 1990 p 104)

O, mas claro:

- *En la antropología contemporánea han surgido otras corrientes y se habla ahora del deconstructivismo... ¿Que piensa usted de las contribuciones de Derridá?*

- *No le comprendo. Su manera de escribir o de pensar me son extrañas*

(Levy Strauss. Entrevista realizada en 1990 con El Mundo Magaña. La Jornada 17 de Enero de 1992. Mexico DC)

Mi incomodidad al respecto podía haberse resuelto eliminando algunas referencias o reformulando algunas frases del magnífico texto que Beatriz Rodríguez Vega había preparado originalmente para este capítulo. Pero, con ello, hubiéramos sustraído al lector o lectora algunas sugerencias que, aunque no lo hayan sido para mí, les podrían ser útiles a ellos (como se lo fueron a Beatriz Rodríguez Vega). Los dos autores de este libro hemos coincidido en la consideración de la óptica de las narrativas como un marco teórico desde el que dar cuenta de nuestra actividad psicoterapéutica. Un marco que nos ha permitido integrar ideas provenientes de diferentes teorías, explicar nuestras acciones y nuestras experiencias y hacer predicciones sobre sus efectos. En él hemos construido conjuntamente una concepción de la psicoterapia. Pero la óptica de las narrativas es, para nosotros, un punto de confluencia al que hemos llegado desde puntos de partida distintos y a través de recorridos diferentes. No es tan sorprendente, porque en este punto de confluencia nos hemos encontrado también con otros muchos autores que han realizado muy diferentes recorridos desde puntos muy distantes, como el psicoanálisis (Cill, 1982; Luborsky, Barber, y Dierker, 1982).

den en una encrucijada de caminos, cuenta a los otros el viaje que le llevó, por mil vericuetos, a convertirse en parte de la aventura que van a compartir entre todos, construyendo una historia preñada de historias que es una historia nueva, pero no una única historia.

Ni realismo ingenuo ni pensamiento postmoderno

Estoy convencido de que el realismo ingenuo constituye un obstáculo para la reflexión sobre casi cualquier práctica en la que pueda embarcarse el ser humano. En realidad rara vez en la historia del pensamiento ha sido defendida seriamente la idea de que existe una realidad exterior a la que podemos acceder directamente a través de nuestros sentidos o sus prolongaciones (entre las que se podría contar la actividad científica) en una suerte de *conocimiento verdadero*, definitivo. La *teoría del conocimiento*, desde los griegos hasta la fecha, ha consistido precisamente en explicar que esto no es así. Y ha consistido, también en buena medida, en explicar cómo el sujeto que conoce y la actividad misma de conocer están implicadas en el conocimiento. Por citar un autor que no suele ser considerado postmoderno y que tiene una influencia importante en mi modo de ver el mundo, Karl Marx en la primera de sus *Tesis sobre Feuerbach* (1845) dice que

...El fallo fundamental de todo el materialismo precedente –incluido el de Feuerbach– reside en que sólo concibe las cosas, la realidad, lo sensible, bajo la forma del objeto o de la intuición, y no como actividad humana concreta, como práctica, no de un modo subjetivo. (...)

Karl Marx, como decía, no suele ser considerado un pensador *postmoderno*. Mas bien representa, para buena parte de los que se reclaman de este título, la quintaesencia de los buscadores de grandes sistemas de pensamiento y de los teóricos que pudiéramos llamar *epistemológicamente duros*. Probablemente el materialismo (histórico) del que Marx se reclama en la cita, escandalizaría a muchos de esos autores. Y sin embargo, en la cita, Marx critica a ese *materialismo precedente* (al suyo) al que achaca la ingenuidad de *concebir las cosas, la realidad, lo sensible* como un *objeto* (algo que está ahí afuera esperando que nos acerquemos), o como algo que sería *intuible*. Lo que Marx reclama en la tesis es una concepción de *las cosas, de la realidad, de lo sensible*, como *actividad humana concreta, como práctica*. Aboga, explícitamente, por una concepción *subjetiva* de *las cosas, de la realidad, de lo sensible*. Propone, en definitiva, una teoría en la que el mundo sólo puede ser concebido en términos de la actividad humana en la que se produce dicha concepción.

El pensamiento de Marx es un pensamiento que tiene en común con el que necesitaríamos como psicoterapeutas el hecho de pretender servir para

guiar una práctica. En la segunda Tesis sobre Feuerbach, Marx establece, además, que es la práctica (la actividad humana) lo que, en último término, puede argüirse como criterio de verdad:

El problema de si puede atribuirse al pensamiento humano una verdad objetiva no es un problema teórico, sino un problema práctico. Es en la práctica donde el hombre debe demostrar la verdad, es decir la realidad y el poder, la terrenalidad de su pensamiento. La disputa en torno a la realidad o irrealidad del pensamiento –aislado de la práctica– es un problema puramente escolástico.

Lo que me parece que, hoy, está operando como un auténtico obstáculo epistemológico en los intentos de reflexionar sobre la psicoterapia no es ya el realismo ingenuo que, efectivamente, podía rastrearse en algunas teorías psicológicas que nacieron muy impregnadas de positivismo (y que, hoy, generalmente, han evolucionado). Lo que sigue operando aún como un obstáculo es el intento de aplicar mecánicamente a la práctica de la psicoterapia las teorías y los principios que los filósofos de la ciencia han propuesto para pensar la actividad científica. Y muy especialmente el uso que, como consecuencia de tal aplicación, se hace del concepto de **verdad**. Los autores favoritos de la postmodernidad se han esmerado en la crítica al realismo ingenuo. Pero a la vez, aunque ellos repudian ese uso del concepto de verdad, son responsables de esa aplicación abusiva de los principios y leyes de la actividad científica a la tecnología en general y a la medicina, la psiquiatría y la psicoterapia en particular.

Ciencia y tecnología

La psicoterapia no es una ciencia. Pero no es que no sea aún una ciencia, o que sea una ciencia joven o en estadio aún preparadigmático, porque le falte aún algo para alcanzar tal grado de perfección. La psicoterapia no es una ciencia porque el objeto de la ciencia es producir conocimiento y el de la psicoterapia (como el de la psiquiatría, el de la medicina o el de la arquitectura) no. El objeto de la psicoterapia es producir un bien valorado socialmente: la salud mental. Del mismo modo que el objeto de la medicina es producir salud y el de la arquitectura producir edificios. La psicoterapia, la medicina y la arquitectura no son ciencias, son tecnologías porque su objeto es producir bienes, no generar conocimiento. Por eso el criterio para evaluar la psicoterapia es un criterio de utilidad, no un criterio de verdad. Consecuentemente la aplicación a la psicoterapia de los principios de la filosofía de la ciencia (sean descriptivos como los de la periodización – periodos preparadigmático, de ciencia normal y revolución científica – de Kuhn o normativos como los de Popper– el de falsación de hipótesis, por ejemplo) no puede tener mas enti-

dad que la de la metáfora. No todas las actividades humanas encaminadas a producir bienes socialmente valorados tienen la misma naturaleza que la tecnología. El cuadro 1 expone algunas características de distintas actividades humanas que se organizan según principios diferentes y que conviene no confundir. En el se distingue a los profesionales que practican diversas tecnologías (psicoterapia, arquitectura ingeniería), que han desarrollado procedimientos de formación y acreditación específicos para ello y que intentan explicar y transformar su práctica a la luz de los conocimientos científicos, de las de otros agentes sociales que también persiguen la producción de bienes pero guían su actividad por la tradición o justifican el acceso a su condición a través de argumentos mágicos.

Pensamiento crítico

Sin embargo el único motivo para traer a Marx a un texto sobre epistemología no es su consideración del carácter subjetivo de la realidad, ni el papel otorgado a la actividad humana en la generación del conocimiento. Si algo caracterizó a Marx (como a Freud o a Nietzsche) como pensador fue su negativa a aceptar que la versión de las cosas que se nos ofrece como evidente, agota la naturaleza de las cosas. Marx (como Freud o Nietzsche) nos invita a pensar las cosas. Y para pensarlas Marx enmarcó las cosas que pensó (la sociedad que le tocó vivir) en una historia que las convertía en algo sobre lo que los hombres podían actuar. Marx, Freud o Nietzsche son exponentes de lo que podríamos llamar un pensamiento crítico que consideramos debe estar en la base de cualquier reflexión que pretenda guiar una práctica humana (como la psicoterapia). El pensamiento crítico lo es porque cuestiona lo que se presenta como evidente.

Aunque el conocimiento no sea el objetivo de la psicoterapia, la acción de conocer es de importancia para los psicoterapeutas. Por un lado porque necesitamos conocer cosas (sobre los trastornos, sobre nuestros pacientes, sobre nuestros instrumentos de intervención) para poder hacer nuestro trabajo. Por otro porque el conocimiento en sí es (para nuestros pacientes) un instrumento de cambio de primera magnitud. Por eso nos interesa reflexionar sobre el acto de conocer.

Un error que cometemos frecuentemente a la hora de reflexionar sobre nuestra actividad teórica consistente en imaginar que el conocimiento que ha de resultar de esta actividad viene a instalarse sobre un terreno virgen en el que antes reinaba la ignorancia. El avance del conocimiento o del saber (signifique lo que signifique eso) se produciría según esa visión haciendo retroceder el desconocimiento o no-saber. En la peor de las versiones de este mito, además, un

Cuadro 1: Ciencia y otras disciplinas

DISCIPLINA	OBJETO	FUNDAMENTO	PRACTICANTES	CRITERIO
CIENCIA (física, matemáticas, biología...)	producir conocimiento	razón, observación, evidencia experimental	Formados y reconocidos por la comunidad científica (universidad, publicaciones)	verdad
TECNOLOGÍA (arquitectura, medicina, psicoterapias...)	producir un bien social	- eficacia probada en la resolución de problemas conocidos - metodología para planteamiento y puesta a prueba de soluciones nuevas - contrastación con el conocimiento científico relacionado	capacitados a través de una formación científica y técnica (universidad, asociaciones profesionales)	eficacia, eficiencia, efectividad
TÉCNICA (fontanería, mecánica...)	producir un bien social	- eficacia probada en la resolución de problemas conocidos	capacitados a través de un sistema de formación profesional	eficacia, eficiencia, efectividad
ARTESANÍA (alfarería, cocina...)	producir un bien social	- reproducción de una solución tradicionalmente considerada idónea	entrenado en dicha tradición	corrección
PRÁCTICAS ESOTÉRICAS (astrología, videncia...)	producir un bien social	- aceptación de una doctrina compartida con el cliente	con características innatas o adquiridas a través de ritos de iniciación	confianza

conocimiento nuevo vendría a sumarse a lo ya conocido añadiéndole por aposición un nuevo palmo de terreno conquistado a lo desconocido.

La idea ingenua de la “comunidad científica” en la que cada meritorio informa su dato, en inglés, conforme a unas normas preestablecidas que permiten precisamente sumarlo sin problemas a los ya previamente acumulados, con la sensación de estar participando en la tarea común e impersonal de la ciencia, tiene mucho que ver con este mito.

Pero el conocimiento, la mayor parte de las veces (o, al menos, las veces en las que es verdaderamente relevante), no avanza contra la ignorancia, sino contra el prejuicio. La idea –útil para resolver ciertos problemas de los navegantes– de que la Tierra es esférica, no se impuso iluminando la ignorancia de la generalidad de los hombres de un momento histórico dado sobre la forma de la tierra. Se opuso –y se impuso porque rebatió (o criticó)– a la idea (la evidencia) de que la tierra era plana. Y no se “añadió” a lo que ya se sabía sobre geografía o sobre el movimiento de los astros: lo modificó y modificó la relación de los hombres con los objetos de esas disciplinas. Los psicoterapeutas deberíamos tomar nota de esto por partida doble. Primero porque, nuestras reflexiones –al menos cuando se trabaja dentro de cada una de las escuelas (quizás la escuela sea precisamente eso: la salvaguarda del prejuicio)– se han organizado como si el conocimiento pudiera crecer por aposición (no deja de ser chocante que miles de psicoterapeutas de diversas escuelas hayan practicado tranquilamente su profesión o se hayan despedazado acusándose de herejías diversas sin haberse sentido en cambio impelidos a demostrar la eficacia de su terapia). Pero también, y sobre todo, porque en la medida en que cobrar conocimiento de algo pueda constituirse en factor terapéutico (y por tanto el procurarlo en objetivo de la terapia) nos interesa especialmente saber como se produce ese hecho. (por ejemplo: lo importante puede no ser que el terapeuta designe significados nuevos, sino que ayude al paciente a que remueva los obstáculos epistemológicos que impiden que tales significados se configuren a sus ojos)

Narrativas

La definición de psicoterapia que hemos desarrollado (Fernández Liria, Hernández Monsalve, Rodríguez Vega, Benito Cano, Mas Hesse 1997) en el capítulo anterior es –como corresponde a una definición acordada en un grupo de consenso– una definición descriptiva. Describe la naturaleza [un intercambio de comunicación], los componentes [el/los terapeuta/s y un/os paciente/s], los objetivos [mejorar la salud mental/aliviar un problema de salud men-

tal] y los requerimientos [el paciente se otorga algún papel en el origen, el mantenimiento o la posibilidad de resolución del problema].

Este tipo de definiciones nos permite determinar si una práctica dada puede incluirse o no en el ámbito de las que estamos estudiando. Nuestra definición incluye claramente prácticas como el psicoanálisis de Freud la psicoterapia dinámica breve de Malan, Sifneos, Mann, Davanloo, Luborsky o Strupp y Binder, las terapias cognitivas de Beck, Ellis o Michelbaum, la modificación de conducta de Skinner, Wolpe, Bandura o Cantor, la terapia familiar sistémica de Watzlawick, Haley, Minuchin, Selvini, Cecicini o Cancrini, la terapia existencial de Binswanger o Yalom, las terapias eclécticas de Lazarus o Beutler o las integradoras de Wachtel, Ryle, Horowitz, Prochaska, Frank o Beitman. Excluye –en cambio– la práctica de la meditación, los buenos consejos dados por un amigo, o la relación entre el maestro y el discípulo

Los psicoterapeutas que sostienen la postura de lo que se conoce como eclecticismo técnico, o los ideólogos de lo que se ha dado en llamar tratamientos empíricamente validados, creen que una definición así representa el máximo honradamente alcanzable con nuestro actual estado de conocimiento, que el único criterio para legitimar una práctica como psicoterapia es la eficacia en el logro de estos objetivos (la resolución de los problemas de salud mental del paciente). Creen que no estamos en condiciones de sustentar seriamente una teoría, como la que pretenden los partidarios de la integración teórica, capaz de explicar a la vez por qué son igualmente eficaces intervenciones basadas en concepciones diferentes del ser humano, la salud mental y los modos de influir sobre ella (como son por ejemplo la interpretación genética de la transferencia, por un lado, y la extinción por otro). Creen, en definitiva, que la teoría que tratan de explicar el efecto de todas las prácticas consideradas psicoterapéuticas por lo que tienen en común, mas que por lo que la diferencia, como proponen los teóricos de los factores comunes, son necesariamente superficiales.

Sin embargo, si queremos hacer algo mas que generar criterios para elegir entre formas de intervención diseñadas desde concepciones teóricas incapaces de dar cuenta de todo el campo de las psicoterapias, necesitamos algo mas que una definición descriptiva.

Necesitamos una definición que incluya una hipótesis sobre por qué una interacción de esa naturaleza, entre los componentes señalados, que cumpla los requisitos expuestos puede lograr los objetivos propuestos.

Para ello recurriremos al concepto de narrativa. La narrativa es un género literario que tiene como objeto producir emociones en el lector mediante el desarrollo de una trama (una relación de sucesos significativos) que evoca un mundo, en el que participan unos personajes, definidos por esa misma trama.

El objetivo de la narrativa no es relatar unos hechos (ese es, en todo caso el objeto de la historiografía o del informe) sino evocar un mundo para producir unas emociones. Por eso juzgamos la obra narrativa en término de emociones. Calificamos una novela de aburrida, emocionante o angustiosa. No de incompleta o poco precisa (como haríamos con un informe o un estudio historiográfico).

La elección de las narrativas como marco desde el que abordar el tema de la psicoterapia en particular y el de los trastornos mentales en general no es arbitraria. Responde a una concepción de tal actividad y de tales trastornos que tiene que ver con una concepción general del ser humano. Y, por cierto, con una concepción que no se presenta como alternativa a una concepción biológica, sino, al revés, como resultado de una preocupación sobre la naturaleza del organismo y, por tanto, de la acción y experiencia de ese animal particular que es el hombre. Lo que ocurre es que nos hemos acostumbrado a llamar abusivamente biología al estudio bioquímico de las sustancias de deshecho de los seres vivos y no a una disciplina que intente dar cuenta de la naturaleza de estos.

Una de las teorías (Cordón 1979, 1981) sobre el origen del lenguaje (y del hombre) nos retrotrae a la existencia de una manada de monos que, se ve obligada a abandonar la vida segura en los árboles para buscar alimentos en el suelo de la sabana. La alta hierba que cubre este suelo condiciona dos fenómenos: En primer lugar la postura erguida procurando elevar la vista por encima de la hierba. De este modo los miembros de la horda podrían, por un lado, mantener contacto visual y, así, preservar la cohesión del grupo necesaria para la supervivencia de un animal gregario. Además esto les permitirá avistar la posible aproximación de algún depredador. Tendrá además un tercer efecto: liberar las extremidades anteriores (ahora superiores) de sus funciones en la deambulación y permitir su utilización en el manejo de útiles para la recolección (y, mas tarde, en la preparación) de alimentos.

Los dos primeros de estos objetivos (mantener el contacto entre los integrantes de la horda y alertar de la presencia de peligros u otros acontecimientos importantes) serán abordados, a la vez, por un segundo mecanismo. El grupo, a diferencia de los de sus antecesores arbóreos, deberá moverse silenciosamente para no atraer la atención de posibles depredadores que, aquí en el suelo, podrían alcanzarlos. La emisión ocasional de sonidos significativos a través del aparato fonador de los integrantes del grupo permitirá también alertar a cada individuo ante posibles alejamientos del grupo cuando la vegetación impida el contacto visual o cuando la vista haya de ser empleada en la búsqueda de alimentos, y se convertirá en un instrumento clave para conseguir la cohesión grupal. La posibilidad de emitir sonidos dife-

renciables permitirá que éstos se conviertan no solo en un instrumento de localización de los miembros del grupo, sino que, además informen a éste de la incidencia de acontecimientos relevantes. Un tipo de sonido alertará por ejemplo de que ha sido avistado un depredador u otro peligro, y otro de que ha sido descubierto una fuente importante de alimentos. Los sonidos se convierten, así en significantes de tales situaciones.

Estos sonidos evocan en los individuos del grupo las respuestas emocionales y comportamentales correspondientes a la percepción de un estímulo al que, en realidad no han accedido directamente.

La progresiva diferenciación de la gama de sonidos emitibles y reconocibles por la horda permite convertirlos en significantes por un lado de seres (león, fieras...) y por otro de procesos (correr, comer, caer, arder..). Seres y procesos podrían en lo sucesivo ser evocados y relacionados entre sí independientemente de que estén presentes o no en un momento dado.

Este proceso, que culminará, en el medio protegido que el manejo del fuego proporcionará al homínido, con el inicio del lenguaje propiamente dicho, tiene consecuencias importantes. En primer lugar la relación con el medio animal en el que se desenvuelve la vida de cada uno de los integrantes del grupo se va a dar inevitablemente, a partir de entonces, a través de un instrumento generado en la interacción entre los miembros del grupo -el lenguaje- que lo hace aprehensible -y manejable- en términos de seres y procesos. Al contacto con el ambiente no mediado por el lenguaje (no socializado por tanto) pertenecen las excepcionalísimas experiencias de lo innombrable (lo que algunos llaman lo real o lo siniestro) a los que se refieren escritos como los de Lovecraft, o lo que sufren los paciente psicóticos.

En segundo lugar esta necesidad de "completitud" del lenguaje obligará a articular algunas categorías de seres particulares como los que designan con los pronombres personales (yo, tú, él o ella...). La necesidad de reconocer un yo, origen de acción y experiencia, referible como un tú o un él e integrable en un nosotros, vosotros, o ellos, por el resto de los miembros del grupo, es decir, la constitución, como efecto del lenguaje, o sea, de un fenómeno social, de un sujeto propiamente humano, abrirá un mundo de posibilidades y de problemas. Buena parte de los fenómenos que atendemos en la clínica pueden entenderse como fracasos en este proceso de constitución o como delimitaciones ineficientes, por no compartidas con las del resto del grupo (como sucede por ejemplo con los que llamamos alteraciones de los límites del yo o con las atribuciones de intencionalidad que hacen sobre otros algunos pacientes delirantes).

El lenguaje se convierte en un instrumento de cooperación que permite anticipar situaciones y hacer colectivamente proyectos que permiten un

dominio y una capacidad hasta entonces desconocida de transformar el medio, (que no por ese motivo deja de ser un medio animal sobre el que un organismo animal, que surge de, y guía, la acción concertada de organismos celulares, actúa para procurarse alimento mediante movimientos mecánicos: el habla se produce mediante el movimiento de un conjunto de músculos y se percibe por la acción mecánica de una vibración sobre unos órganos de los sentidos).

Lo que de esto es relevante para lo que aquí estamos tratando es que el ser humano, desde que lo es, accede a su realidad a través del lenguaje. De algún modo la vive contándose; haciendo, decimos, que las cosas cobren sentido para él o ella). El desarrollo de este proceso a nivel ontológico ha sido estudiado por autores como Vigostky e intuitivamente utilizado en psicoterapia por psicólogos como Meichenbaum. La realidad que vive el paciente es la que él mismo se cuenta sobre los elementos del medio con los que se relaciona. Por supuesto la historia resultante depende de cuales son estos elementos (no estamos proponiendo una óptica solipsista). Pero, al menos algunos de estos elementos, pueden ser, en función de esta historia (de esa narrativa), vividos, por ejemplo, bien como amenazantes, bien como objeto de curiosidad o bien como estímulo para la acción, y pueden producir bien miedo, bien asco o bien solidaridad. Lo que llamamos "yo" y lo que consideramos los "otros" son también elementos de nuestro medio a los que nos acercamos a través de esas historias que nos contamos y que, de algún modo, somos.

Lo que llamamos trastornos mentales son narrativas que producen sufrimiento evitable (como sucede con lo que en su momento se llamaron trastornos neuróticos) o evocan mundos no compartibles con los del resto de los miembros de la comunidad y que impiden, por tanto las actividades de cooperación o enfrentan al sujeto con el resto de sus integrantes (como sucede con lo que llamamos trastornos psicóticos).

Quizás convenga aclarar aquí que esta naturaleza es lo que convierte en "mentales" a los "trastornos mentales". Lo "mental" (lo "narrativo) se refiere al escenario, no a la causa. La causa de un delirium puede ser una intoxicación, una privación de una sustancia o una infección. Y su tratamiento consisten en actuar sobre la causa o sobre los mecanismos por los que ésta actúa. Pero el delirium consiste en que el sujeto vive una historia no compartida. Tiene una naturaleza narrativa.

La psicoterapia es un procedimiento de intervención sobre estas narrativas "indeseables" que busca la generación de narrativas alternativas a través de un proceso de comunicación interpersonal.

Adoptar la óptica de las narrativas significa, por tanto, fundamentalmente, buscar los instrumentos para conceptualizar e intervenir sobre los trastornos

mentales, no en el terreno de las ciencias naturales forzando, en la extrapolación, conceptos y principios, sino en el de la actividad narrativa. Anteponer el interés por saber que es lo que convierte a una historia precisamente en esa historia y que es lo que puede convertirla en otra, al de averiguar cuál es la relación entre esa historia y alguna verdad a la que se suponga que esa historia debería remitirnos.

Interpretaciones y comentario

La psicoterapia ha sido frecuentemente entendida como una actividad hermenéutica. Para el psicoanálisis o la terapia existencial este carácter cae por su propio peso, ya que a lo que se supone la capacidad de curar es precisamente al desvelamiento del verdadero significado que se supone oculto tras el discurso aparente del paciente. Pero incluso para las formas de psicoterapia más alejadas de éstas (como la modificación de conducta o las terapias cognitivas) existe un punto de partida hermenéutico en la medida en la que se supone que lo que las funda es la posibilidad de entender –en términos de aprendizaje o de procesamiento de información– la verdadera naturaleza de los problemas que el paciente nos relata (problemas que, por tanto, de algún modo, son expresión, pero, a la vez, esconden tal verdadera naturaleza, como los textos sagrados expresaban crípticamente los mensajes divinos).

Así, la esteril discusión a través de la que las diferentes escuelas psicoterapéuticas han aprendido a resaltar sus diferencias, ha versado frecuentemente sobre si lo que de verdad sucedía en el proceso psicoterapéuticos tenía que ver con la puesta en juego de afectos negados, el cuestionamiento de pensamientos irracionales o la exposición –por una u otra vía– a determinados estímulos. En último extremo lo que los diversos modelos psicoterapéuticos postulan es que detrás de la apariencia del síntoma se oculta una verdad de conflictos inconscientes, cogniciones erróneas o condicionamientos disfuncionales. La actividad del psicoterapeuta ha sido contemplada –se hayan o no utilizado estos términos– en el registro de la hermenéutica o la interpretación. El terapeuta puede actuar porque pone en relación el discurso aparente del paciente con otro, que se supone que produce sus efectos terapéuticos porque es verdadero. La pregunta que ha dado lugar a lo que se conoce como enigma del pájaro Dodo² en psicoterapia (la eficacia semejante de intervenciones basadas en teorías incompatibles) es como pueden o ser verdaderas a la vez

2. Personaje de *Alicia en el país de las maravillas* en cuya boca pone Lewis Carroll la frase “todos han ganado y cada cual tiene derecho a su premio” (Luborski, Singer y Luborski, 1975)

visiones contradictorias o ser eficaces sistemáticamente intervenciones basadas en asunciones falsas. Nuestra hipótesis es que las explicaciones propuestas ante un problema de salud mental por las diversas escuelas lo que proporcionan son nuevas versiones (nuevas narrativas) del problema, que son útiles no porque son verdad, sino porque son distintas.

Esta idea supone que la operación que se lleva a cabo en psicoterapia no es del orden de la interpretación (que pone en relación lo aparente con una verdad de la que lo aparente es signo) sino del orden del comentario (que lo que hace es abrir el abanico de significados sugeridos por un texto) (Lázaro Carreter y Correa Calderón 1990, Barthes 1970, Foucault 1963).

Evidentemente no todo comentario vale. Hay buenos y malos comentarios. Pero los comentarios no son verdad o mentira sino útiles o no. Y su utilidad se mide en términos de su efecto sobre el destinatario (exactamente lo que ocurre con la psicoterapia).

La psicoterapia funciona cuando es capaz de hacer emerger de la historia que el paciente trae a consulta (una historia en la que la demanda de ayuda se organiza alrededor de un síntoma que cobra sentido en ella), a través del trabajo conjunto de terapeuta y paciente, un significado nuevo (uno de los posibles) que hace innecesario el síntoma.

En este planteamiento lo que el terapeuta busca no es conocer algo que está dado (que sería una labor muy parecida a la del científico), sino construir conjuntamente con el paciente una nueva versión de la historia que ha dado sentido al síntoma por el que el paciente consulta (precisamente una versión que no haga necesario el síntoma).

La operación básica en psicoterapia no es el desvelar algo que existe por sí mismo fuera del ojo del observador, sino cocrear entre paciente y terapeuta un significado o, mejor, abrir un abanico de significados nuevos.

La nueva historia resultante del trabajo de cocreación llevado a cabo por terapeuta y paciente, habrá de ser lo suficientemente próxima a la antigua como para ser aceptable por el paciente o familia y lo suficientemente alejada de ella como para hacer innecesario el síntoma o enfrentable el problema que motiva la consulta. Habrá de integrar la cantidad de elementos del mundo del paciente suficientes para permitir prever, plantear y resolver los problemas que van a suscitar las exigencias previsibles del mundo sin ser cuestionada. Habrá de ser, además, creíble por el paciente y por el terapeuta y compatible con los valores prevalentes en el entorno en que el paciente va a convivir. Una versión así no puede ser preparada por el terapeuta para ser pasivamente asumida por el paciente. La tarea del terapeuta no es elaborar una nueva versión del problema sino cuestionar la consistencia de la versión inicialmente planteada por el paciente y ayudarlo a explorar posibles significados alternativos de los elementos que la integran. El cuadro 2 resume estas condiciones.

Cuadro 2: condiciones de una narrativa alternativa válida

Ha de ser

- * Lo suficientemente **diferente** de la propuesta por el paciente para hacer innecesario el síntoma
- * Lo suficientemente **semejante** a la original para ser creíble y aceptable por el paciente
- * Integrar la cantidad de **elementos del mundo del paciente suficientes** para permitir prever, plantear y resolver los problemas que van a suscitar las exigencias previsibles de este mundo sin ser cuestionada
- * **Creíble** por el paciente y por el terapeuta
- * **Compatible** con los valores prevalentes en el entorno en que el paciente va a convivir

No puede ser preparada por el terapeuta para ser pasivamente aceptada por el paciente

La tarea del terapeuta no es elaborar una versión del problema sino cuestionar la consistencia de la versión inicialmente planteada por el paciente y ayudarle a explorar posibles significados alternativos de los elementos que la integran.

Aceptar esta idea supone revisar los fundamentos de nuestra teoría y nuestra práctica, abriendo la posibilidad de considerar que lo que cada una de las escuelas de psicoterapia ofrece es un molde concreto sobre el que construir comentarios al discurso del paciente (remitiéndolo a esquemas cognitivos, historias familiares o procesos de adquisición de hábitos) Supone reorientar, por ejemplo, las lecturas y los procedimientos de adquisición de habilidades para las personas que tratan de acceder a la condición de psicoterapeutas que pasarían de este modo a deber más a disciplinas más literarias a las que los psicoterapeutas del pasado hubieron de acceder como por casualidad. Supone abrir nuevos procedimientos de evaluación de nuestra actividad, menos restringidos a los modelos concretos de comentario que ofrecen cada una de las escuelas de psicoterapia y establecer la posibilidad de una metodología común de evaluación de psicoterapias de diferentes escuelas.

Además, esta óptica nos abre la posibilidad de ser creativos y de explorar la posibilidad de introducir conceptos e instrumentos inusuales en la práctica de la psicoterapia. así lo han hecho, por ejemplo Omer y Alon (1997) o White y Epton (1990). Nos ofrece también un marco de referencia teórico capaz de explicar cómo actúan las intervenciones basadas en las diferentes escuelas teóricas y de ordenar su utilización con nuestros pacientes. Un marco, en definitiva, para la integración.