

PAPELES DEL PSICÓLOGO

Papeles del Psicólogo

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos, España

papeles@correo.cop.es

ISSN (Versión impresa): 0214-7823

ESPAÑA

2001

Marino Pérez Álvarez

PSICOTERAPIA DE LA POSTMODERNIDAD

Papeles del Psicólogo, número 079

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos, España

Madrid, España

pp. 58-62

Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal

Universidad Autónoma del Estado de México

<http://redalyc.uaemex.mx>



PSICOTERAPIA DE LA POSTMODERNIDAD

Marino Pérez Álvarez

Universidad de Oviedo

El artículo desarrolla los dos sentidos que sugiere el título. Por un lado, se presentan y discuten las características que toma la psicoterapia en la post-modernidad y, por otro, se señala la psicoterapia que la propia post-modernidad necesita (para mejorar ella misma). Así pues, se critica tanto la psicoterapia post-moderna como la condición de la post-modernidad.

This article develops the two meanings that the title suggests. On the one hand, the characteristics that post-modern psychotherapy has acquired are presented and discussed. On the other hand, the article points out the post-modern era needs psychotherapy (to better itself). Consequently, both post-modern psychotherapy and the condition of post-modernity are criticized.

El título, 'psicoterapia de las postmodernidad', tiene una ambigüedad que quiere ser efectiva. Por un lado, apunta a la psicoterapia dada en la postmodernidad y, por otro, sugiere la psicoterapia que la propia postmodernidad pudiera necesitar. En efecto, ambos sentidos darán lugar a las dos partes de este artículo. En la primera se presentan cinco características de la psicoterapia post-moderna, cada una con un apunte crítico, y en la segunda se hace lo propio con la cultura postmoderna, centrada en tres de sus características más señaladas.

PSICOTERAPIA POSTMODERNA

Se ha de decir, antes que nada, que la postmodernidad se refiere aquí al cambio cultural que se ha venido dando en el último cuarto del siglo XX. Este cambio se podría registrar también en otros términos tales como, por ejemplo, capitalismo postindustrial o consumista (según se quiera poner el acento en el sistema de producción o en el de consumo) o sociedad de la información o telemática (si el énfasis se pone en el aspecto tecnológico). Este cambio cultural, presentado en su perfil psicológico, se caracterizaría por el subjetivismo, la fragmentación y el narrativismo (si se permite resumirlo en tres palabras).

El subjetivismo se refiere a la posición de cada cual como criterio de verdad. En este sentido, todo sería relativo al punto de vista individual y a la experiencia subjetiva, de manera que nadie tendría una posición de privilegio sobre nada. No es que no exista la realidad (dirían), sino que habría muchas realidades. La fragmentación se refiere a la coexistencia de múltiples realidades dentro de uno mismo. A este respecto, el sujeto vendría a ser un compuesto de contenidos más contingentes que consistentes y sin una línea de continuidad, diferente del sujeto tradicional (estable y auto-consistente). No es que no exista el yo (dirían), sino que habría muchos yos. El narrativismo se refiere al poder del lenguaje para construir historias alternativas. En relación

con esto, se confía en la narrativa como el modo de construir realidades, particularmente, si brotan de un contexto conversacional (y por tanto interpersonal). No es que, acaso, no exista la historia verdadera (podrían decir, incluso), sino que lo que realmente cuenta es la verdadera historia.

Ciertamente, estas características no eran desconocidas antes de la época señalada. De hecho, forman parte de la modernidad, contando, por tanto, con no menos de un siglo de vida. Siendo así, la postmodernidad habría empezado hace un siglo. Sin embargo, sería en el último cuarto del siglo XX cuando la postmodernidad toma carta de naturaleza. En todo caso, éste es el contexto en el que se habla aquí de postmodernidad.

Dicho esto, se impone presentar las características de la psicoterapia postmoderna (dando por supuesto que dicho cambio cultural ha afectado al desenvolvimiento de la psicoterapia, usando 'psicoterapia' como nombre genérico). Siguiendo a Burr y Butt (2000), se señalarían las cinco características siguientes, con el correspondiente comentario (más bien crítico que complaciente).

1) *La negación de la condición de experto por parte del terapeuta.* De acuerdo con el subjetivismo señalado, nadie, incluyendo al terapeuta, dispondría de un saber más objetivo ni verdadero que cualquier otro (en este caso el cliente o paciente). La prevención aquí contra el saber del terapeuta concierne, sobre todo, a la preocupación por la relación de poder, tal que el cliente quedara en desventaja.

El problema de semejante proposición es que el terapeuta, para jugar el papel de no-experto, tiene que fingir dos veces, primero, hacer que no sabe más que el cliente y, después, volver a fingir para que lo que resulte parezca que ha brotado de la conversación, cuando lo que ha hecho, en realidad, si es que ha hecho algo, es una suerte de retórica camuflada y de manipulación sutil, que no quiere reconocerse a sí misma. En coherencia con ello, debiera dejar de percibir los honorarios profesionales y, si realmente no sabe más que el cliente, me-

Correspondencia: Marino Pérez Álvarez. Universidad de Oviedo. Facultad de Psicología. Pl. Feijoo s/n. 33003 Oviedo. España. E-mail: marino@correo.uniovi.es



por haría dejar de ser terapeuta. Puesto que lo que le preocupa es la patologización de cliente (si va de experto), el caso es que la despatologización se puede ejercer dentro de la estructura de una relación profesional (de la que, en todo caso, forma parte). A este respecto, la cuestión es que el terapeuta combine tanto el punto de vista subjetivo (emic o de la comprensión) y el objetivo (etic o de la explicación).

2) *El rechazo del yo como algo unitario y consistente.* Del mismo modo que la diversidad existe entre los individuos, así mismo la multiplicidad coexistiría en cada individuo. Por lo demás, puesto que ningún aspecto sería más verdadero ni objetivo que otro, se trataría de validarlos todos y de escuchar las 'diferentes voces' de esa polifonía que sería cada cual. Ciertamente, esta fragmentación, tanto dada diacrónicamente como en el plano sincrónico, tiene que ver con la continua modificación del mundo (modas cambiantes) y la variedad de estilos dados en cada momento (modos alternativos). En este sentido, la fragmentación, una especie de cubismo personal, pudiera ser más acorde con el mundo que la consistencia y la unitariedad.

La cuestión es, sin embargo, que esta diversidad co-existente (en realidad modas efímeras y modos alternantes) puede ser más bien un problema que, propiamente, una virtud. De hecho, la experiencia del yo (post)moderno es la de un yo saturado (Gergen, 1991/1992) relleno de contenidos volátiles que dan lugar a un yo vacío (Cushman, 1990) que es otra expresión de lo mismo. Precisamente, el exceso de subjetividad y de reflexividad es señal más reveladora de la miseria del sujeto (post)moderno que de una supuesta riqueza auto-creadora. Siendo así, la psicoterapia postmoderna cultivaría las condiciones que la hacen posible. Por el contrario, mejor se haría contribuir a la consistencia de la persona.

3) *Confianza en la narrativa como forma de construir nuevos mundos de significado y de relación.* Sin duda, el lenguaje no es sólo un medio de comunicación entre las personas, sino que es un constitutivo de ser persona, en concreto, de ser la persona que se es. Uno tiene lenguaje y es tenido por él.

Ahora bien, aun cuando el lenguaje está en todo, no es todo. Hay realidades extralingüísticas que por mucho que se narren de otra manera no dejan de ser como fueron (si ya ocurrieron) o son (si están vigentes). Por poner el ejemplo de Held (1996), una mujer que fuera maltratada, por el hecho de que diga ahora que no lo fue, no dejó de serlo, es más, puede seguir siéndolo a pesar de que su narrativa construya otra historia. ¿Por qué la relación verbal de algo no ha de ser tomada como referencia de una realidad objetiva extra-lingüística? Cabría ver, como apunta Held (1996), un cierto cinismo por

parte de la psicoterapia postmoderna al adherirse tan de buen grado a ese anti-realismo que invade las humanidades de la época actual. Por lo demás, puede que determinados trastornos psicopatológicos provengan, precisamente, de los enredos del lenguaje, el ser el lenguaje el contexto (social verbal) en el que se dan ciertas narrativas patógenas. Consecuentemente, en estos supuestos, lo que se haría preciso sería dismantelar el contexto verbal (la narrativa) de manera que la persona pudiera 'comprobar la realidad' (que se diría en terapia existencial) o contactar directamente con las contingencias, que se diría en la terapia conductista (Pérez Álvarez, 1996a; Luciano y Hayes, 2000).

4) *La revisión de las convenciones psicopatológicas.* Sobre la base de que todo es construido, no lo dejarían de ser los cuadros psicopatológicos, incluyendo todo lo que tenga que ver con la definición de lo normal-patológico y de las maneras de tratar con los pacientes y de prestarles tratamiento.

En relación con esta característica, no se puede dejar de reconocer, en la perspectiva de este artículo, el mérito y la importancia que tiene la reconstrucción de las convenciones psicopatológicas y clínicas al uso que, sin duda, contribuyen tanto o más a la patologización de la gente que al remedio de sus problemas. Reconocido este mérito, donde es líder toda una psicología crítica con diversas tendencias (Caro, 1999; Hare-Mustin y Marek, 1997; Pérez, 1999), tampoco se ha de considerar que sea algo propio de la psicoterapia postmoderna (si bien le es característico). En efecto, críticas radicales en tal sentido eran ya las de la anti-psiquiatría de los años sesenta, ciertamente, citadas por los postmodernos pero más (tal parece) por darse 'pedigrí' que propiamente por filiación, aunque solo fuera porque buena parte de la anti-psiquiatría se funda en movimientos modernos como la fenomenología, el existencialismo y la hermenéutica. (Si se dice que la psicoterapia postmoderna ya había empezado antes, entonces la psicoterapia moderna ya sería postmoderna). La cuestión es que la crítica es algo no ya característico sino esencial a la modernidad.

5) *Señalamiento de la relación interpersonal como contexto de los problemas psicológicos.* Esta mirada en la relación interpersonal (más que en la individualidad intrapsíquica) le viene dada a la psicoterapia postmoderna de su afán por ubicar cualquier saber en su contexto. A este respecto, el contexto de los trastornos psicopatológicos no sería otro que un contexto interpersonal.

Ahora bien, después de reconocer esta mirada (que por obvia no se puede obviar) se ha de reparar en dos cosas. Por un lado, un enfoque interpersonal no es para nada una aportación postmoderna sino que, por el contrario, tiene una larga tradición (moderna). Con todo, el



énfasis interpersonal (postmoderno) sigue siendo necesario, habida cuenta los excesos cognitivos. En este sentido, es ejemplar la crítica de la psicología cognitiva (en definitiva, intrapsíquica y solipsista) llevada por Gergen (1994/1996) en nombre del construccionismo social. Por otro, puede que la psicoterapia postmoderna incurra, de nuevo, en la postura individualista y hasta intrapsíquica, con su fe en la supuesta creación de realidades narrativas. En verdad, las narrativas no dejan de ser realidades literarias, por tanto, ficciones, sin otra realidad que la 'realidad interior'.

PSICOTERAPIA APLICADA A LA POSTMODERNIDAD

Corresponde a esta sección ofrecer la psicoterapia que la propia cultura postmoderna pudiera necesitar. Se señalarán tres características de la cultura postmoderna, a, b y c, en relación con las cuales se apunta la necesidad de semejante terapia (que, naturalmente, no será otra cosa que un apunte crítico).

- a) *Cese de las concepciones establecidas por el conocimiento científico, las ideologías y la tradición, lo que el postmoderno denominaría 'grandes relatos'*. En relación con el conocimiento científico, el postmoderno empieza por desacreditar el saber y la razón, supuesto que son 'juegos de la verdad', de manera que ello autorizara a jugar de cualquier manera. Lo cierto es que es preciso razonar para poder hablar con sentido (hasta Foucault hizo buen uso de la razón y sin duda jugó de verdad a saber). Irónicamente, el doctrinario de la postmodernidad, cuyo hábitat natural suelen ser las facultades de humanidades, es una especie de *homo scholasticus*, en el sentido de Bourdieu (1994/1997) que, al estar liberado de los quehaceres prácticos de la vida (en buena medida gracias a la ciencia y la tecnología), puede dedicarse a discursos desconectados de la vida práctica (atribuyendo a los demás su propia visión escolástica). Por su parte, si bien las ideologías no son lo que eran, el caso es que la postmodernidad viene a ser la ideología que conviene al capitalismo consumista, al que le interesa efectivamente un sujeto plural, fragmentado, móvil, efímero y que a la vez se sienta fuente creadora de sus propios gustos, en virtud de que el sistema de producción permite satisfacer las preferencias que previamente le hace tener al consumidor (véase Harvey, 1990, para esta transformación económica del capitalismo posterior a la crisis de 1973). En cuanto a la tradición, el postmoderno es un sujeto informado, con capas de información que han ido anulando todo un saber práctico de sentido común, de modo que no sabe qué hacer en

asuntos en los que las generaciones anteriores no tenían dudas (alimentación, salud, educación de los hijos, relaciones interpersonales). De hecho, lo que prima es confusión y crisis de sentido (véase Berger y Luckmann, 1995/1997). Por lo demás, a la época postmoderna no le faltan grandes relatos como puedan ser el big-bang, el gen egoísta o el mismo del (de) construccionismo.

- b) *Jubilación del sujeto como persona competente y responsable, en favor de un sujeto diluido y enajenado*. La condición del sujeto ya se ha tocado antes. Sus señas eran las de la saturación y del vacío, pero aún se podrían añadir otras caracterizaciones en términos, por ejemplo, de narcisismo (Lasch, 1979/1991), de yo proteico (Lifton, 1993), de esquizofrenia (Sass, 1992), de multifrenia (Gergen, 1991/1992) de telefrenia (Gottschalk, 2000), en fin, todos ellos sugiriendo alguna manera de descomposición de la persona. Con todo, sería preciso ver que esta crisis, sin dejar de ser psicológica, es sobre todo moral. Siendo así, lo más propio sería reivindicar un sujeto que fuera, precisamente, competente frente al 'mercado del mundo' y responsable, esto es, con capacidad de respuesta y capaz también de hacerse cargo de sus actuaciones.
- c) *La invocación del construccionismo como demostración de que todo es convencional y nada está sujeto a razón*. Sin embargo, el hecho de que todo lo concerniente a lo humano sea construido (y sin duda lo es, pues, la naturaleza del hombre es la cultura), no quiere decir que no pueda haber algo objetivo que trascienda la subjetividad y el convencionalismo. A este respecto, se señalaría que el postmoderno usa el construccionismo (o constructivismo, que aquí no se hace diferencia) en su sentido más menesteroso. Si verdaderamente hiciera de él un uso riguroso, no diría lo que dice.

La piedra de toque para percibir la miseria del construccionismo es probablemente la ciencia. El punto es que el construccionista postmoderno tiene una concepción de la ciencia que no se compadece con la construcción científica. Irónicamente, la ciencia es una construcción que el construccionismo postmoderno no entiende. Para plantear esto habría que empezar por distinguir cuatro concepciones de la ciencia al uso.

Una sería la *concepción descripcionista*, según la cual la ciencia consistiría en describir una realidad objetiva ahí dada para ser descubierta, siendo un ejemplo el positivismo. En esta línea la ciencia se definiría por un cuerpo de proposiciones que, cual hongo, irían surgiendo debajo arriba (inductivamente) hasta re-cubrir la realidad (con las



proposiciones que la describen). Otra sería la *concepción teoreticista*, según la cual la ciencia consistiría en un proceso de elaboración de hipótesis derivadas de un sistema teórico, que se irían confirmando o falsando, siendo ejemplo la doctrina popperiana. En esta línea, la ciencia se definiría por un cuerpo teórico que, cual nube, iría gotteando hipótesis de arriba abajo (deductivamente). Una tercera sería la *concepción adecuacionista*, según la cual, la ciencia consistiría en el acoplamiento de estos dos planos: el formal del entendimiento (proposiciones y teorías) y el material relativo a la realidad, lo que viene a resultar, efectivamente, una síntesis de las dos concepciones anteriores, siendo un ejemplo la doctrina bungiana. El problema de estas concepciones es que separan, de una u otra manera, el plano formal (lingüístico o discursivo) y el plano material (realidad).

Pues bien, la crítica del construccionismo postmoderno a la ciencia es, en verdad, a la ciencia de alguna de esas maneras concebida. Recuérdese que la letanía postmoderna contra la ciencia consiste en decir que no hay tal realidad objetiva ahí para ser conocida sino que el conocimiento científico no sería otra cosa que discursos, discursos cuya verdad sería válida a todo más dentro de su contexto. El caso es que la ciencia no funciona de acuerdo con esas concepciones.

Una cuarta concepción, precisamente una *concepción construccionista* puede ser más cabal. Según esta concepción, los componentes formales y materiales están constitutivamente entrelazados (no unos por encima de los otros). Ello es así debido a que los componentes formales no son única ni principalmente discursos sino, y sobre todo, operaciones prácticas, equipos de trabajo, equipamientos de laboratorio, es decir, todo un entramado heterogéneo de componentes, ellos mismo materiales, que no se pueden sublimar como si fueran procesos intelectuales o discursos. Lo que se hace preciso comprender es que la racionalidad científica se da antes que nada en el ejercicio práctico (antes que en la reflexión escolástica, incluyendo la de los propios científicos). [Véase para esta concepción Bueno (1995) y Latour y Woolgar (1979/1995). A su vez, en Pérez Álvarez (1996b, pp. 877-890) se presenta la investigación de Latour-Woolgar como ejemplo de la concepción construccionista de Bueno.]

Siendo así, como es el trabajo científico, tal como se hace, ciertamente, los hechos, la realidad o los descubrimientos no estaban allí antes, sino que resultan y son consecuencia precisamente del trabajo científico. En este sentido, todo 'hecho científico' depende, sin duda, del contexto, el cual viene dado por los conocimientos previos, las prácticas, las operaciones, los aparatos y, en fin, todo un conjunto heterogéneo de elementos, entre los que figuran los sujetos operatorios. Así pues, en efecto,

no habría una realidad objetiva que estuviera ahí (como gusta decir el postmoderno) sino que sería el trabajo científico lo que hace que sea objetiva la realidad y, una vez esto, se tiene (por qué no) una realidad objetiva, que se da a cualquier sujeto (al margen de su subjetividad) que forme parte, obviamente, del contexto necesario (puesto que el contexto es parte formal de la realidad de las cosas). Se estará de acuerdo en que $7 + 5$ son 12 , y lo son dentro del contexto de saber sumar, si no se sabe sumar podría ser cualquier cosa.

En resolución, si se toma el construccionismo en su sentido más riguroso cabe entender que exista una realidad objetiva, no a pesar sino precisamente por ser construida, una construcción que supone el ejercicio de la racionalidad (antes que el discurso). En fin, en esta misma línea cabe percibir que las construcciones culturales y sociales (aparte de las científicas) no, por ser tales, sean de cualquier manera que se pudieran cambiar por el hecho de cambiar el discurso. Así pues, algo no deja de ser una realidad objetiva por ser construida ni por depender de un contexto.

El problema de fondo es que la sociedad moderna y tanto más en su versión post-moderna (por no decir ultra) ha conllevado la ruptura entre dos planos. En principio, esta ruptura vino servida por la distinción lingüística entre significante y significado pero, a la postre, esa distinción llegó a ser, más incluso que ruptura, pérdida de una de las partes (concretamente, la del significado). Una ruptura y pérdida que se ha dado en multitud de ámbitos. Permítase siquiera citar unos cuantos para ver la magnitud de la pérdida postmoderna. Sean los siguientes, alineados según el doble plano significante/significado: palabras/cosas; signo/objeto; medio/mensaje; ficción/realidad; anuncio/producto; estética/ética; consumidor/persona; mercado de trabajo/gente, y como ruptura última que determina todas las demás el par dinero/cosa. El problema de la postmodernidad es que se complace en su esquizofrenia de haber perdido el sentido de las cosas.

BIBLIOGRAFÍA

- Berger, P. L. y Luckmann, T. (1995/1997). *Modernidad, pluralismo y crisis de sentido*. Barcelona: Paidós.
- Bewes, T. (1997). *Cynism and postmodernity*. Londres: Verso.
- Bourdieu, P. (1994/1997). *Razones prácticas. Sobre la teoría de la acción*. Barcelona: Anagrama.
- Bueno, G. (1995). *¿Qué es la ciencia? La respuesta del cierre categorial*. Oviedo: Pentalfa.
- Burr, V. y Butt, T. (2000). Psychological distress and post-modern thought. En D. Fee, ed., *Pathology and the postmodern. Mental illness as discourse and experien-*



ce (pp. 186-206). Londres: Sage.

Caro, I. (1999). Un enfoque postmoderno y constructivista sobre la salud mental y la psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 10, 37, 29-47.

Cushman, P. (1990). Why the self is empty. Toward a historically situated psychology. *American Psychologist*, 45, 599-611.

Gergen, K. J. (1991/1992). *El yo saturado. Dilemas de identidad en el mundo contemporáneo*. Barcelona: Paidós.

Gergen, K. J. (1994/1996). *Realidades y relaciones. Aproximaciones a la construcción social*. Barcelona: Paidós.

Gottschalk, S. (2000). Escape from insanity: 'mental disorder' in the postmodern movement. En D. Fee, ed., *Pathology and the postmodern. Mental illness as discourse and experience* (pp. 18-48). Londres: Sage.

Hare-Mustin, R. T. y Marecek, J. (1997). Abnormal and clinical psychology: the politics of madness. En D. Fox y I. Pillelensky, eds., *Critical psychology. An introduction* (pp. 104-120). Londres: Sage.

Harvey, D. (1990). *The condition of postmodernity*. Cambridge, Mass.: Blackwell.

Held, B. S. (1996). Solution-focused therapy and post-

modern. En S. D. Miller, M. A. Hubble y B. L. Duncan, eds., *Handbook of solution-focused brief therapy* (pp. 27-43). San Francisco: Jossey-Bass.

Lasch, C. (1979/1991). *La cultura del narcisismo*. Barcelona: Andrés Bello.

Latour, B. y Woolgar, S. (1979/1995). *La vida en el laboratorio. La construcción de los hechos científicos*. Madrid: Alianza.

Lifton, R. J. (1993). *The protean self. Human resilience in an age of fragmentation*. Chicago: Chicago University Press.

Luciano, M. C. y Hayes, S. C. (2000). Trastorno de evitación experiencial. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, 1, 1, 109-157.

Pérez Álvarez, M. (1996a). *La psicoterapia desde el punto de vista conductista*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Pérez Álvarez, M. (1996b). *Tratamientos psicológicos*. Madrid: Universitas.

Pérez Álvarez, M. (1999). Psicología clínica y iatrogenesis. En J. Buendía, ed., *Psicología clínica. Perspectivas actuales* (pp. 33-50). Madrid: Pirámide.

Sass, L. A. (1992). *Madness and modernity. Insanity in the light of modern art, literature, and thought*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.

PUBLICIDAD

Presencial y a distancia

POSTGRADO EN
PSICOPATOLOGÍA CLÍNICA
DE LA UNIVERSIDAD DE BARCELONA




INFORMACIÓN:
Teléfono: 629717113
Fax: 934021362

Correo electrónico:
jgutierrez@psi.ub.es

DURACIÓN
20 créditos (equivalente a 200 horas)

FECHAS PREINSCRIPCIÓN Y MATRÍCULA
Julio, septiembre y octubre
Precio del curso: 165.000 ptas

TÍTULO
Diploma de POSTGRADUADO EN
PSICOPATOLOGÍA CLÍNICA
POR LA UNIVERSIDAD DE BARCELONA

ESTE POSTGRADO
PUEDE REALIZARSE DE MANERA
PRESENCIAL Y...
...A DISTANCIA



<http://www.ub.es/personal/postg.htm>