

LA NEUTRALIDAD TERAPÉUTICA DEL PSICÓLOGO

Milagrosa Hernández García¹

RESUMEN

En este trabajo se aborda la neutralidad aplicada a la terapia psicológica, con el propósito de plantear cuestionamientos y reflexiones. Se estudia la definición de neutralidad en la psicoterapia, y si el psicólogo puede ejercerla al dirigir el cambio del consultante. Se identifican los elementos que aportan neutralidad y se argumenta en relación con ellos: el reconocimiento del consultante como un ser válido, las condiciones personales y profesionales del psicoterapeuta y el acierto en el motivo de la consulta. También se admite que son elementos de dudosa neutralidad: la pregunta como herramienta, la valoración social de los resultados terapéuticos y el manejo inadecuado de una relación que es asimétrica. La pregunta sobre la neutralidad queda abierta. La conclusión principal es que el psicólogo actúa únicamente como agente de cambio, por lo cual recae sobre el consultante la libre y responsable decisión de lograr una vida que tenga sentido.

PALABRAS CLAVE: Neutralidad, terapia psicológica, encuentro, vida con sentido, autodeterminación, agente de cambio, honradez profesional.

ABSTRACT

In this article we approach neutrality applied to Psychological Therapy, in order to propose questions and reflections. It is about what neutrality means in Psychotherapy, and whether Psychologist can use it or not when he addresses changes in his patient. We identify and support those elements that give neutrality: recognizing the patient as someone valid, the Psychologist personal and professional conditions, and if the reason for consulting has been a good shot. We also admit that there are some elements doubtfully neutral: the question as a tool, the social valuation of therapeutic results, as well as the non-appropriate management of an asymmetric relationship. The question about neutrality is now open. Our main conclusion is that Psychologists are only agents for change, so patients can make a free and responsible decision to give a meaning to their lives.

KEY WORDS: Neutrality, psychological therapy, meeting, a meaningful life, auto determination, agent for change, professional honesty.

RESUMO

Neste artigo é examinada a neutralidade na terapia psicológica, a fim de expor questões e reflexões; é considerada a definição de neutralidade na psicoterapia e se o psicólogo pode aplicá-la quando dirige a mudança do que vai à consulta. Também são identificados os elementos que dão neutralidade ao reconhecimento do que consulta e argumenta-se acerca de eles: se é alguém que pode fazê-lo, condições penais e profissionais do psicoterapeuta e a boa idéia da consulta. Não entanto, admite-se que a pergunta como instrumento, a valoração social dos resultados terapêuticos e o manejo inapropriado de esta relação assimétrica são elementos de duvidosa neutralidade. Por conseguinte, a pergunta acerca da neutralidade fica flutuando e se conclui que o psicólogo atua somente como agente de mudança e que a pessoa que consulta é livre e responsável de dar significado a sua vida.

PALAVRAS CHAVE: neutralidade, terapia psicológica, encontro, vida com significado, autodeterminação, agente de mudança, honestidade profissional.

¹ Psicóloga, Asociación Cultural Femenina (Bogotá). Forma parte del Comité Científico y es asesora en programas de Educación de la Afectividad, Fundación Ecuatoriana de Salud y Bioética. Bogotá, Colombia.

Correo: milahernaez@yahoo.es

FECHA DE RECEPCIÓN: 5-08-2007
FECHA DE ACEPTACIÓN: 28-09-2007

INTRODUCCIÓN

La neutralidad en la atención terapéutica es uno de los temas que se pueden catalogar como intocables para los psicólogos y para muchos profesionales que dicen ayudar a otros. Cuando se habla de ella no suele ser por iniciativa de aquellos, sino por una interpelación surgida entre el común de la gente. Tal vez nos llevan

a evadir el tema los cuestionamientos que los mismos profesionales nos hacemos al respecto, la falta de acuerdo y la imposibilidad de concluir taxativamente. El propósito de este ensayo es plasmar algo de argumentación y mis propias reflexiones, que probablemente induzcan a más cuestionamientos, con el deseo de que puedan aportar y continuar el diálogo bioético.

¿QUÉ ES NEUTRALIDAD?

El Diccionario de la Real Academia de la Lengua [1] define neutralidad como la cualidad o actitud de neutral. Y neutral es un adjetivo que se dice de quien no participa de ninguna de las opciones en conflicto. Un sencillo diccionario etimológico [2] afirma que es neutral quien no es ni de un partido ni de otro. Si bien estas definiciones nos dan materia para la discusión, tal vez hay que complementarlas con el significado de imparcial. Según nuestro segundo diccionario, imparcial es el que “no sacrifica la justicia a consideraciones personales. Que juzga sin ponerse de parte de nadie” –o sea que sí juzga, añado yo–. Y dice que sus ideas afines son: neutralidad, igualdad, equidad, justicia, desinterés. La Real Academia define imparcialidad como “falta de designio anticipado o prevención en favor o en contra de alguien o algo, que permite juzgar con rectitud”. Para evitar confusiones, valga aclarar que la acepción de desinterés que aplica es no perseguir un aprovechamiento propio, estar desprendido de todo provecho personal en lo que se dice o hace en la relación con el otro. Podríamos decir que el neutral es el imparcial, el no prevenido, quien no toma partido. Sin embargo, si juzga es porque emite –o hace– un juicio, y este equivale a una valoración, opinión o dictamen. Juzgar es una operación del entendimiento que consiste en com-

parar ideas, comportamientos, intenciones, etc., de manera que se puedan conocer mejor y establecer relaciones. También el “juicio es una facultad del alma, por la que el hombre puede distinguir el bien y el mal, lo verdadero y lo falso” [1].

Con todo lo anterior podríamos definir neutralidad, en el contexto terapéutico, como la cualidad del psicoterapeuta por la que, con desinterés personal y compromiso profesional, con equidad y justicia, y mediante un juicio que busca distinguir lo verdadero de lo falso, lo bueno de lo malo, facilita que una persona, en cuyo interior se dan opciones en conflicto (por múltiples posibilidades causales), *abra, amplíe, aclare* el espectro de inter-relaciones y pueda conocer y actuar con más y mejor juicio. La neutralidad, en este contexto y en relación con el juicio, no tiene que ver con la actitud fría, indiferente, sino con la actitud fenomenológica de hacer aparecer, hacer visible en el cuadro de referencia de la persona, del que habla Rogers [3], las experiencias conscientes e inconscientes, personales y sociales, de modo que en el encuentro con el sí mismo, principalmente en “un contexto de relaciones humanas positivas, favorables a la valoración del yo, el ser humano ejerce la capacidad, latente o manifiesta, de comprenderse a sí mismo y de resolver sus problemas de modo suficiente para lograr la satisfacción y la eficacia necesarias a un funcionamiento adecuado”.

¿QUÉ ES TERAPIA PSICOLÓGICA?

Así como hemos definido la neutralidad, parece necesario referirnos a qué entendemos por terapia psicológica. Sin desconocer que no se está cultivando la humanidad del ser humano desde todos los medios psicológicos y

psicoterapéuticos, puesto que muchos psicólogos fragmentan a la persona, porque así se leen a ellos mismos por su visión del hombre o por múltiples causas, y sin entrar en análisis sobre lo que es salud y enfermedad, me atrevo a afirmar que un genuino proceso psicoterapéutico es aquel en el que el profesional de la psicología –sea cual fuere su corriente psicológica– trabaja con personas, no con enfermedades², y adopta la misión de cultivar la humanidad de cualquier persona.

Desde una perspectiva humanista, y sin excluir la primacía que se puede dar a un elemento sobre otro, podemos afirmar que la psicología estudia los fenómenos psicológicos y de la conducta en los contextos biológico, psíquico, social y cultural, y que el psicólogo concentra su actividad profesional en la identificación y modificación de dichos fenómenos en la medida que repercuten en el florecimiento de la persona –y añadido, la posibilidad de darle y aportar sentido a su existencia [4].

Es conocimiento científico teniendo en cuenta que la persona humana no puede nunca ser reducida a puro objeto de conocimiento técnico-científico; [...] [la ciencia de la salud] que se acercara al hombre con los métodos positivos de las ciencias de la naturaleza explicaría sí unos hechos, pero no comprenderá sus significados, y lo humano se quedaría fuera de su alcance, por-

² En todo caso, interviene en personas que tienen enfermedades. La enfermedad, como experiencia humana, es siempre un hecho lleno de significado que no anula, sino que aporta, al yo y a la vida personal que ha de ser cultivada.

que un hecho despojado de su significado es por definición deshumano [5].

Me refiero también al proceso psicoterapéutico en el que se presume que la autonomía del consultante no está limitada habitualmente o, si lo está, no en un grado de intensidad o de totalidad que invada y anule simultáneamente sus capacidades cognitiva, emocional y decisoria. Parto del presupuesto de que la autonomía no entra en conflicto con la neutralidad, puesto que se trata de tener en mucho, en todo, la libertad y responsabilidad del consultante.

Por tanto, el proceso terapéutico es más un encuentro de acompañamiento hacia el propio conocimiento que, en primer término, facilita discernir. El terapeuta no está para obligar a cambiar, está para dar luces, para ayudar a “querer” el cambio. La terapia no es recibir y devolver transformado, es que el consultante transforme. La terapia no tiene como objetivo convencer a nadie –cada uno se convence a sí mismo en la medida en que trabaja con argumentos– ni imponer la manera de pensar ni de actuar o sentir.

Con todo lo expuesto puede asaltar la pregunta: ¿en qué interviene el terapeuta: en el pensar, en el sentir o en el actuar? Se trata de estimular la capacidad de autodeterminarse y decidir. Libertad desde la opción, pero sin olvidar, y teniendo muy en cuenta, la perfectibilidad a la que está llamado el ser humano.

En la terapia, “la relación conocimiento, comprensión, interpretación y comunicación constituye el punto crucial en la relación médico-consultante para superar la

dualidad que contrapone la objetividad de los datos científicos a la subjetividad de las vivencias tanto de uno como de otro” [5]. De ahí la complejidad de la relación médico-paciente en la atención física y, más aún, en la relación psicólogo-consultante, cuando lo que está en juego no es la vida física sino la felicidad de vida, una vida con significado.

Fuerte y comprometedor es la afirmación de que la terapia es medio de ayuda para buscar una vida con significado o para quitar lo que la entorpece. Y precisamente esta afirmación es punto de inicio de la discusión acerca de la neutralidad. Se puede alegar que quién puede definir de forma conclusiva, única y universal lo que es *una vida con significado*. También se puede enriquecer y complicar la discusión preguntándose si la interrelación de dualidades: científico-vivencial, dos subjetividades, dos historias, dos vidas, múltiples sentidos y lecturas... puede asegurar la imparcialidad de una relación profesional de carácter terapéutico. En definitiva, todos estos cuestionamientos nos remiten a nuestra pregunta inicial: si es posible la neutralidad o imparcialidad en la relación terapéutica cuando esta persigue ayudar a llegar a una vida lograda, una vida con significado.

Sin desconocer la complejidad del ser humano y la realidad de lo que supone la terapia psicológica –el encuentro de dos personas, de dos vidas en desarrollo para compartir y explorar temas de vital trascendencia con el objetivo de que una de ellas alcance un mayor autoconocimiento y avance en el sentido de la propia existencia– intentaré tomar postura y dar respuesta, al

¿EN QUÉ INTERVIENE
EL TERAPEUTA: EN EL PENSAR,
EN EL SENTIR O EN EL ACTUAR?
SE TRATA DE ESTIMULAR
LA CAPACIDAD
DE AUTODETERMINARSE
Y DECIDIR.

menos subjetiva, a las preguntas planteadas en los párrafos anteriores.

**ELEMENTOS DE LA NEUTRALIDAD
EN LA TERAPIA**

Voy a enumerar una serie de elementos que considero relevantes para resolver o al menos arrojar luz sobre las preguntas precedentes. En mi opinión, el primer elemento que da neutralidad está *en el reconocimiento* que el terapeuta hace del otro como alguien válido. En el encuentro terapéutico es necesario validar al otro para recibirlo sin prevención y con actitud global de acogida. Ir con predeterminaciones conlleva el riesgo de no entenderse. Es, en expresión rogeriana, la aceptación incondicional o el genuino interés [3]. Para entenderse hay que establecer las bases de la relación. La base principal nos la da el *para qué* de establecer esa relación; no el por qué, sino su finalidad. Y la finalidad es el consultante mismo. El segundo elemento lo

constituyen las *condiciones personales y profesionales del psicólogo*. Un terapeuta debe contar con cualidades como: tener serio compromiso personal y profesional, solidez interna, libertad y responsabilidad. Además, con unos conocimientos y convicciones personales sobre quién es el ser humano en general y el que tiene delante, y qué ser humano es él; cuál es la vida que vive y la que ayuda a descubrir y a vivir; cuál es su corriente terapéutica, y dominar diestramente su manejo.

Todo lo anterior incluye matices claramente personales y enfatiza más en la realidad de que el terapeuta va con su historia, va con su moralidad, pero no va a imponerlas, por eso tampoco juzga desde ellas. Su juicio no se dirige siquiera hacia el consultante, sino hacia la coherencia interna de este: la unidad entre sus pensamientos, sus afectos y sus acciones de modo que pueda descubrir las opciones o elementos en conflicto y que pueda tomar decisiones vitales con sentido para su existencia. Sin embargo, el mismo terapeuta no puede desconocer que en algunos temas incide la valoración de la propia vivencia, precisamente por estar ellos muy relacionados con convicciones fundamentales que sostienen una vida con significado. Hay ocasiones en que es preciso reconocer e identificar cómo las propias vivencias pueden comprometer, limitar o condicionar la relación terapéutica o su finalidad; y es después de ese proceso interior cuando –en beneficio de

la neutralidad y autenticidad del acto terapéutico– el psicólogo debe decidir, privadamente o en consenso con el consultante, si finalizan el tratamiento terapéutico y sugiere la remisión a otro colega. Por ejemplo, un terapeuta puede sentir preferencia por trabajar con población infantil y adolescente –por sus habilidades, por la empatía y entendimiento que logra con los niños...– o, por el contrario, puede estar incluso imposibilitado para tratar adolescentes en embarazo, por desear lograr –aún de modo inconsciente– con las jóvenes consultantes lo que no pudo hacer con su propia hija en situación similar.

Además, la intervención psicoterapéutica se sustenta en una teoría psicológica que identifica la corriente del profesional y que determina un modo de acción, de comportamiento. Neutralidad en este aspecto es saber discernir para qué tipo de terapia está preparado el consultante o cuál se adecua más a su falencia o a su motivo de consulta. También en la mayoría de las ocasiones será neutralidad y claridad dar a conocer –aunque sea en líneas generales– qué tipo de terapia se sigue y por qué (duración, manejo de la privacidad de la información, si es directiva, hermenéutica o analítica, etc.), y si se ve adecuada para su necesidad o se le recomienda otra.

Todo esto, que configura el elemento de neutralidad denominado por mí *condiciones personales y profesio-*

TENER
NEUTRALIDAD
EN EL MOTIVO
DE CONSULTA
ES SABER DAR
CON ÉL
DESCIFRÁNDOLO
O ADENTRÁNDOSE
POR LAS RAMAS
Y LA HOJARASCA
DE LA CONVERSACIÓN
HASTA LA RAÍZ...

nales, será familiar a los psicólogos, pues incluye aspectos esenciales del consentimiento informado, elemento bioético que, a veces, por la naturaleza dinámica de la relación y del tratamiento –no hay dos casos ni dos sesiones terapéuticas iguales– es difícil de sistematizar. Por ello, reclama un lugar aún más relevante para el principio de honestidad profesional por el cual el psicólogo sabe que va a asumir una postura basada en un criterio. La neutralidad está en el discernimiento y la comunicación oportuna.

En definitiva, se puede resumir lo anterior diciendo que la valía de un psicólogo como profesional competente la definen: sus sólidos conocimientos científicos, de antropología filosófica, sociología y biología; la aceptación del misterio de qué es el hombre –cada hombre– teniendo el valor de ir más allá del dato científico o experimental; la capacidad de creer que es posible encontrar la verdad o aspectos de ella y desde ahí reconocer la necesidad de que el consultante y él lleguen a un acuerdo sobre lo que es humano; su conocimiento de la realidad del país o comunidad en la que trabaja; la honradez y la claridad sobre para qué hace psicoterapia y qué estilo de psicoterapia beneficia más al consultante.

Hay un elemento más, ya en el fluir de la actividad terapéutica, que posibilita la neutralidad: el reconoci-

miento y el acierto en el real motivo de consulta. Tener neutralidad en el motivo de consulta es saber dar con él descifrándolo o adentrándose por las ramas y la hojarasca de la conversación hasta la raíz, es decir, llegar al problema: saber por qué y para qué consulta

una persona. En ocasiones puede no coincidir el motivo aparente con el motivo real de consulta. Me explico: una mujer puede manifestar como motivo de consulta la indecisión sobre interrumpir un embarazo y, sin embargo, este puede corresponder a uno de muchos y diferentes motivos reales: miedo al deterioro de la propia figura corporal; relaciones conyugales patológicas; rechazo al hijo no deseado. Acertar en el reconocimiento requiere acoger a la persona y su problemática, saber escuchar sin prevención ni tomar partido (que, como ya se ha visto, es neutralidad) para llegar a emitir un juicio o, mejor aún, que el consultante pueda emitir un juicio porque analiza, compara, discierne sobre los elementos en conflicto y todo lo que los influencia.

Habitualmente en nuestra cultura, que resalta la autonomía e independencia absoluta, el acto de ser juzgados ha tomado un tinte negativo. Nos sentimos intimidados e invadidos en nuestra libertad cuando somos juzgados y, más aún, percibimos subjetivamente que en el juicio se abarca nuestra totalidad, todo lo que somos y quienes somos. Sin embargo, la

LOS ESTEREOTIPOS
SOCIALES O LAS
EXPECTATIVAS CULTURALES
SON LOS QUE MÁS
INTERVIENEN PARA
GENERAR
TEMORES, INSEGURIDADES
E INQUIETUDES
SOBRE
LA NEUTRALIDAD
DE UN
PSICOTERAPEUTA.

verdadera acción de juzgar, como expliqué al inicio, se da cuando el entendimiento trabaja sobre comportamientos, intenciones... con el objeto de establecer relaciones. Se da neutralidad en el juicio cuando el entendimiento trabaja sobre lo que hay y lo delimita, esto es: lo que manifiesta verbal, conductual o gestualmente una persona. Y todo ello para conocer mejor y para distinguir el bien del mal, lo verdadero de lo falso, llegando a discernir el mejor interés.

Identificar el motivo de consulta con imparcialidad supone evaluar y trabajar en alguna medida todas las dimensiones de la persona: afectividad, relaciones interpersonales, control de impulsos, estilo cognitivo (procesos de información), creencias, actitudes, afrontamiento, mecanismos de defensa. Siempre hay algo sano de donde cogerse para empezar y recuperar, y así también es posible llegar a una integración de saberes con la que se pueda abrir el espectro de conocimientos, desentrañar los estados afectivos del consultante, sus ambivalencias interiores y la repercusión de su entorno en el conflicto y toma de decisiones, que logre integrarlos racionalmente.

Si bien es cierto que la personalidad y las creencias del que evalúa y discierne sobre el motivo de consulta pueden sesgar la evaluación o impedir dar con el motivo de consulta real, por estar mediatizada la interpretación del mismo, un psicoterapeuta con buen criterio, con virtudes humanas y honradez profesional sabrá hablar con claridad y conjugar prudentemente la puesta en común de información personal –por ejemplo, las propias creencias– con la explicación de la

terapia utilizada, el problema real y el mejor interés subjetivo y objetivo del consultante [6, 7]³.

ELEMENTOS DE DUDOSA NEUTRALIDAD EN LA TERAPIA

Así como, a mi juicio, hay elementos de neutralidad también hay otros en los que se hace problemática, más problemática aún. El psicólogo, aunque atienda ciudadanos concretos e individuales, es agente –directa o indirectamente– de cambio en una comunidad o grupo social. Por ello, su compromiso profesional ha de ser también un compromiso social que le exige, en primer término, conocer y tener en cuenta el contexto social de su consultante. Hacerlo así le aportará imparcialidad y una mayor comprensión del paciente. Esta exigencia también puede hacer que su intervención se vuelva controlada, social y culturalmente, cuando las decisiones del paciente –siempre fruto de su autoconocimiento y de su elección sobre lo que considera camino de felicidad, aunque transitarlo comporte dificultades– no encajan en los parámetros socialmente valorados. En este caso, se descalifica al psicólogo y no al miembro de ese grupo social, que es quien, usando la facultad del juicio, hizo el intento de distinguir (o de mal-distinguir, según quien perciba) lo bueno y lo malo. Es así como los estereotipos sociales o las expectativas culturales son los que más intervienen para generar temores, inseguridades e inquietudes sobre la neutralidad de un psicoterapeuta.

³ Tomás de Aquino: “No hacemos lo que sabemos, sino lo que queremos” (I, q. 19, a. 11, ad. 1). Según Kenny comenta al Aquinate, las conexiones entre el intelecto y la voluntad son contingentes y falibles. La continencia peculiar de la razón práctica es un trazo de la voluntad humana; precisamente la que permite la libertad.

Comparto la opinión de quienes sostienen que el psicólogo lo es de un país, de una comunidad, y que no es posible ignorar y despreciar los hechos históricos, sociales y conceptuales que han determinado en algún grado –mayor o menor– el desarrollo de la psicología en ese ambiente cultural [8]. Siempre el conocimiento de lo propio –en el ejercicio de la profesión y también para nuestra identidad y compromiso como personas y como profesionales pertenecientes a una identidad nacional–, ayuda a adquirir un grado de compromiso fuerte, pero no solo con la persona o con sus procesos, sino con su entorno, aunque este no lo reconozca así en todas las ocasiones, y es porque mide la eficacia de la intervención en los resultados, esto es, en las decisiones del compatriota (coetáneo, colega, etc..) que acudió a consulta. Si las elecciones de este no son acordes a lo esperado, entonces se acusa al psicólogo de ser manipulador, de ser impositivo o de influenciar. Se olvida que el terapeuta nunca decide por el paciente. ¿Por qué se mide la neutralidad en el resultado y, paradójicamente, en el esperado por esos que rodean al consultante y que se consideran sus pares? Además, desde esta óptica no se enjuicia la neutralidad del proceso terapéutico, sino la del profesional que lo dirigió. De ser así, la definición de neutralidad –si no la de psicoterapia– sería: adaptar a las exigencias del medio.

Un psicólogo indudablemente es siempre un generador de cambio, pero esto no es incompatible con la neutralidad. Cuando una persona acude a una consulta psicológica busca precisamente un cambio, aunque no lo sepa conscientemente. Consciente de la digresión, quiero dejar a este respecto dos puntos de reflexión sobre lo que implica en este tema hacer psico-

terapia en Colombia. “El colombiano promedio cree con firmeza que su éxito está atado al apoyo de su Dios, de su Estado, de sus Padres y de su Jefe. Esta verticalidad limita su capacidad de éxito y de desarrollo personal [...]. El colombiano es dado al camino fácil y a la delegación vertical de responsabilidades” [9]. Frases como “no se me dieron las cosas” o “yo creo que las cosas se pueden hacer de otra manera, pero él es el jefe” son habituales y se las cataloga como “sabiduría popular”, así demuestren que cuando un individuo o un grupo percibe el riesgo de osar buscar lo nuevo para su crecimiento, siempre tiende a refugiarse perniciosamente tras el escudo de lo habitual (mediocre o no), que si bien tiene matiz estabilizador a la vez asfixia los intentos de avance y progreso. “Concebir las cosas solamente porque así son, nos limita” [9] y, al no satisfacer plenamente, produce una fuerte escisión interna entre el ser, el deber ser y el querer ser, que muchas veces se manifiesta enjuiciando fuertemente una conducta con explicaciones desde lo recibido por tradición y, al mismo tiempo, justificándola con razones emotivas.

El otro aspecto es que no basta solamente con nutrir el sistema, sino que también es necesario cuestionarlo. En nuestra circunstancia nacional parecen existir ciertos intereses ocultos que fomentan la reproducción del conformismo⁴. Conuerdo con el psicólogo H. Flórez en algunas de sus explicaciones de esos inte-

⁴ Por ejemplo, en el abuso sexual infantil, ¿por qué es frecuente encontrar que la mujer consiente, es condescendiente y concede? Hay teorías, entre ellas la sistémica, que sustentan bien cómo esta conducta causa una dinámica particular dentro de las familias, pero no es mi propósito profundizar en este tema, sino explicitar un hecho grave y lamentable de conformismo que debe cuestionarnos.

reses: “Mantener el mutismo de un pueblo y su acomodación a lo que vaya llegando garantiza los abusos de poder en todo sentido. Otra, que ante el riesgo que se vislumbra al aprender y cambiar `cosas` muchos prefieren guarecerse tímida y pasivamente en una ignorancia consentida, que la hace mecanismo de carácter defensivo” [8]. Ignorancia, conformismo y violencia se unen en un país conmocionado socialmente que requiere de psicólogos generadores de cambio.

El profesional de la psicología (en todas sus concreciones: psicólogo educativo, organizacional, comunitario, clínico, etc.) no puede evadir su compromiso personal y social, debe tomar postura, y si se considera que esto no es neutral, pues habrá que aceptar que efectivamente en este punto no lo es y ojalá fuera su aporte mayor y ofreciera –a quienes lo rodean, en la mayor cobertura posible– posibilidades de vidas más productivas y, por tanto, más elásticas. No es misión del terapeuta adaptar a las personas a su entorno, sino que tomen conciencia, asuman posiciones personales y se hagan libres.

Para retomar los elementos de dudosa neutralidad, vale recordar que la psicología trabaja por el fenómeno: vivir el tema; llegar a la argumentación y racionalización por la exposición del concepto; inducir a la reflexión. En este contexto hay una herramienta terapéutica esencial: la pregunta. Con respecto a ella nos podemos preguntar si es la orientación de la pregunta una herramienta neutral.

Con esta herramienta se cumplen muchas finalidades, unas más imparciales que otras, a mi parecer. Se puede decir que la pregunta es neutral cuando su finalidad es *informativa*, esto es, cuando se usa para determinar si terapeuta y consultante manejan las palabras con el mismo significado, si ambos tienen el mismo lenguaje. También cuando responde a la necesidad de asistir al paciente en su totalidad, lo que obliga a conocerlo mejor por sus respuestas y tener presentes las características del sujeto, sus cualidades, la introyección de factores culturales, etc. La neutralidad de la pregunta la da también la argumentación, que no supone hablar mucho o dar discursos, sino que es la no aceptación de medidas de fuerza emocionales. Es constatar y argumentar. Es prever. Es acercamiento para recomenzar, y volvemos a empezar.

Otra finalidad de la pregunta –más controvertida al respecto de la neutralidad– es la que lleva a convertir

EL TERAPEUTA DEBE MEDIR LA INFLUENCIA
DE SU INTERVENCIÓN SOPESANDO LAS MÚLTIPLES VARIABLES:
PERSONALIDAD, PROBLEMÁTICA,
SENSIBILIDAD DEL CONSULTANTE, ETC.

el motivo de consulta en problema. Problematizar para resolver. Y en este caso hablamos de la pregunta desestabilizadora. O, en expresión de Del Barco, de la “interrogación insólita que repercute en mi existencia reorientándola de nuevo. Preguntarme sobre el sentido, si es una pregunta seria, lleva a organizar la vida de manera diferente” [10].

El modo de preguntar; la pregunta misma; los elementos que se añaden al cuestionamiento; hay preguntas abiertas que “normalizan”; hay temas que atañen al significado y que, al preguntar sobre ellos, deben dejar entrever que detrás de una norma o un modo de conducta hay una razón. Una pregunta bien hecha debe llevar a que el consultante busque elementos para el discernimiento. Aunque la pregunta desestabilizadora aparentemente puede confundir, más bien afianza o lleva a descubrir que es más fácil estructurar una vida con puntos de referencia que sin ellos y que hay que dar cumplimiento a las etapas tanto del desarrollo moral como del cognitivo. Se puede objetar que con la pregunta desestabilizadora se remueve, y que remover es entrometerse. En mi opinión, remover es buscar que el consultante encuentre seguridad.

También podemos preguntarnos si cabe la pregunta persuasiva en un proceso terapéutico. La persuasión no es coacción ni manipulación. La persuasión es la influencia con argumentos y para el beneficio del paciente en esa circunstancia. Es preferible no persuadir, sino orientar –hacer señalamientos– desde la pregunta, con realismo y con el dinamismo de un “círculo hermenéutico” que mueve a la explicación y a la comprensión. Explicar más ayuda a comprender mejor y, al revés, una comprensión más profunda conduce a

una explicación más atenta de la complejidad de los problemas.

Preguntar es desvelar lo oculto. Hacer presencia. La neutralidad, más aún, la honradez del psicólogo, está en “de qué hace presencia en el diálogo terapéutico”, cómo y hacia dónde orienta. Saber preguntar para plantear nuevos problemas y descubrir horizontes. Evidenciar estructuras conformadas y develar disonancias cognoscitivas, afectivas, comportamentales que están por conformar. Y todo este proceso se torna complejo por la interpretación que el consultante o su entorno den a la intervención.

También acepto que la asimetría de la relación terapéutica pueda afectar la neutralidad. Donde hay relación asimétrica late, aunque no se desee, una relación de poder, de autoridad y, por tanto, de desigualdad. Esta asimetría puede generar conflicto de lealtades, cuando no de intereses. Así mismo, al ser relación de intimidad, en la terapia puede perderse la neutralidad, si se rompen los límites y se viola la relación terapéutica: explotación del paciente, sometimiento a terapias inefectivas y duraderas, no remisión a otras alternativas... No es ni fácil ni difícil extralimitarse, es una posibilidad. Se da entonces una intromisión y una confusión nocivas de roles. Se pasa del compromiso a involucrarse y entonces ya no se apoyan o guían las decisiones del consultante, sino que se puede llegar a tomarlas por él o con él. Se deja de ser espejo en el que el paciente se ve lo más claro posible y, en consecuencia, decide, y se pasa a ser imagen reflejada. Esta conducta, además de atentar contra la neutralidad, mancha el encuentro terapéutico, en el cual, por la confianza que el psicólogo inspira, el consultante se manifiesta como es, con total transparencia y autentici-

dad. Su “desnudez” no debe dejarlo vulnerable, sino que debe llevarlo a la consistencia que busca, por la acogida respetuosa, profesional y responsable que se dé a su intimidad.

Hay que tener en cuenta, además, que la terapia es encuentro de personalidades. La personalidad narcisista, la manipuladora... generan más sentimientos y procesos en el terapeuta, que a su vez tiene también su personalidad. Los obsesivos pueden bombardear con múltiples preguntas que exacerben al terapeuta independiente; a su vez, un paciente dependiente puede halagar el ego de un psicólogo narcisista... Es entonces cuando se pierde la finalidad de la terapia: encaminar la búsqueda del bien para el consultante. Sacar de la ignorancia, del error, quitar rigideces, hacer flexible, encaminarse a una vida lograda. El psicólogo deja de dar herramientas y pasa de estar comprometido con el cambio del consultante a comprometerse con el consultante.

El terapeuta debe medir la influencia de su intervención sopesando las múltiples variables: personalidad, problemática, sensibilidad del consultante, etc. En ocasiones, hay que hacerse consciente del estado emocional personal, “cómo se está ese día”, y hay que disminuir el desgaste profesional y personal que supone hacer psicoterapia e influye en la intervención o, más bien, en las intervenciones puntuales. Esto es parte de la Bioética y del buen hacer profesional: cuidarse a uno mismo para poder cuidar al otro, un aporte fundamental a la deseada neutralidad.

CONCLUSIONES

A pesar de todo lo expuesto o tal vez precisamente por todo lo expuesto, sigue quedando sin responder la pre-

gunta: ¿es posible la neutralidad en la terapia psicológica? Cada uno que saque sus propias conclusiones. Aporto las mías:

Los psicólogos, en todos los campos de la psicología y del ejercicio profesional, estamos llamados a ser transformadores, gestores de cambio. Esta responsabilidad lleva a no perder de vista que, como bien decía el psicólogo Hugo Flórez en la obra citada, “toda psicología es psicagógica, esto es, educativa. En cualquier cosa del oficio de la psicología uno está educando y con ello promoviendo el aprendizaje en las personas con las que trabaja”. También aportan a nuestra reflexión las palabras de Benedicto XVI:

Para que produzca efectos positivos duraderos, nuestra cercanía debe ser consciente de que la relación educativa es un encuentro de libertades [...]. De hecho, no hay verdadera propuesta educativa que no conduzca, de modo respetuoso y amoroso, a una decisión. [...] una educación verdadera debe suscitar la valentía de las decisiones definitivas, que hoy se consideran un vínculo que limita nuestra libertad, pero que en realidad son indispensables para crecer y alcanzar algo grande en la vida, especialmente para que madure el amor en toda su belleza; por consiguiente, para dar consistencia y significado a nuestra libertad [11].

Pero este aprendizaje, esta acción formativa, no se da únicamente en el consultante. Sostengo que la relación terapéutica es ante todo y esencialmente un encuentro que origina una transformación personal, si se vive de modo genuino con una entrega total de sus participantes en su ser y en sus roles.

Si, como educador potencial, el psicólogo es agente de cambio, a mi parecer, por la esencia de la terapia y de la relación terapéutica, el dilema de la neutralidad se resuelve mejor desde la honradez del profesional para saber dirigir el cambio. Hay que dirigir sin miedo y transmitiendo seguridad. El dar dirección no equivale a perder la neutralidad. Es el mismo Rogers quien nos lo confirma: “dirección que corresponde a la noción de estructura, de orientación, cuya ausencia equivaldría al vacío” [3]. Honradez, primero para tener claridad sobre el fondo moral personal, para construirse sobre un claro y sólido –que no quiere decir estático– significado de vida, la madurez emocional y la satisfacción de las necesidades fundamentales. Después, para acoger y validar al consultante, identificar el contenido del problema, de la terapia y el espectro de posibilidades que presenta. Abrir horizontes hacia valores, conceptos y puntos de referencia. Centrarse en orientar al paciente para que descubra cómo dar a su vida significado –puesto que, si el hombre no percibe con significación, entonces sus experiencias, su vida, no son humanas–; que con autodeterminación salga del conformismo y minimice los errores y la ignorancia, que caracterizan los problemas y dificultades en la mayoría de las ocasiones. Y en toda esta intervención, el psicólogo no ha de asumir ni rol de superioridad ni de poder.

Termino recordando que en el juicio no está la decisión y que la decisión no siempre concluye en acción. Como dice Tomás de Aquino, “el intelecto especulativo no dice nada sobre el obrar” [6]. Estas dos últimas operaciones –decidir y actuar– siempre competen al consultante, quien sólo para juzgar cuenta con el recurso del profe-

sional. En mi opinión, un psicoterapeuta –y su terapia– merece el calificativo de neutral cuando sabe dirigir el cambio, del que no es protagonista ni dueño.... y después.... que cada caminante surque su camino con plena autodeterminación, libertad y responsabilidad. Y caminantes son igualmente el consultante y el psicólogo, que después del encuentro ocasionado por razón de la psicoterapia han sido transformados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Real Academia Española. Diccionario de la Lengua Española. 22 ed. Madrid: Espasa-Calpe; 2001.
2. García Hoz V. Diccionario Escolar Etimológico. 5 ed. Madrid: Magisterio Español; 1977.
3. Rogers CR, Kinget, GM. Psicoterapia y relaciones humanas. Madrid: Alfaguara; 1971:28-9.
4. Vallego-Nájera JA. Guía práctica de psicología. Madrid: Temas de Hoy; 2002:36.
5. Russo, MT. Bioética y literatura: una propuesta para una antropología del sufrimiento. *Rev Persona y Bioética*. 2006; 10:2(27):121-31. Universidad de La Sabana.
6. Tomás de Aquino. *Suma Teológica*. Madrid: BAC; 1947: I, q. 19, a. 17-11.
7. Kenny A. *Aquinas on Mind*. Londres: Routledge; 1993:77.
8. Flórez Beltrán, H. Bosquejo para el desarrollo de una psicología en Colombia. Bogotá: Universidad Santo Tomás, Facultad de Psicología; 1984.
9. Centro de Estudios Culturales (CENEC) Y RADDAR. Nuestra identidad. *Estudio colombiano de valores*. McCann Erickson y RADDAR. 2006; 3:45 y 53/1:168
10. Del Barco, JL. *Bioética de la Persona*. 1998. Universidad de La Sabana.
11. Benedicto XVI. Discurso en la Asamblea Diocesana de Roma. 11-6-2007. http://www.vatican.va/holy_father/benedict_xvi/speeches/2007/june/documents/hf_ben-xvi_spe_20070611_convegno-roma_sp.html