

# DEL ECLECTICISMO A LA SÍNTESIS: HACIA UNA INTEGRACIÓN PSICOTERAPÉUTICA CON MENOS COSTURAS.

Paul L. Wachtel

City College and the Graduate Center, New York.

*Even in the practice of integratively oriented therapists, what is most often apparent is a combination of elements deriving from varied theoretical orientations rather than a true synthesis. There are, however, occasions when something closer to true integration is achieved, and it is worthwhile to examine those instances, for they provide clues as to how integration may be achieved in a more thoroughgoing way. The present paper examines case material that represents a further step in the author's efforts to approach a fuller synthesis that goes beyond simply combining elements or alternating different approaches. The relevance to the therapeutic work described of theoretical concepts centered on the vicious circle is discussed.*

---

## INTRODUCCION

Una de las cuestiones que los estudiantes preguntan más frecuentemente cuando se les introduce a la idea de la integración en psicoterapia es “¿cómo pasar de una modalidad a otra?” Están desconcertados por los mecanismos de la transición, y perturbados por el sentimiento de torpeza y por la desorganización que prevén. No se imaginan cómo se puede pasar suavemente desde, por poner un ejemplo, un enfoque psicodinámico de exploración a un modo conductual de intervención (o viceversa). Quieren saber cosas como las siguientes:

-¿Se advierte al paciente cuándo se va a producir un cambio?

-¿Cómo se vuelve hacia atrás de nuevo?

-¿Cuándo se decide hacer una cosa o la otra?

-¿Se hacen ambas en la misma sesión, o se alternan los enfoques en sesiones diferentes?

-¿Puede un terapeuta simultanear ambos enfoques, o debería el paciente ver dos terapeutas, uno para el trabajo analítico y otro para el conductual.

Todas éstas son cuestiones importantes y, verdaderamente, incluso aquellos

de nosotros que hemos estado trabajando en una línea integradora durante algún tiempo, probablemente tenemos que admitir que las respuestas no son todavía completamente claras y que, en muchos casos, faltan aún pautas inequívocas. Parte del problema, sin embargo, es que tales cuestiones no derivan realmente de una idea preconcebida de integración. Más bien reflejan una orientación ecléctica, en la que se utilizan elementos o enfoques separados -de una forma a menudo creativa y que admite muchas combinaciones que los patrocinadores de las “escuelas” individuales (no eclécticas) podrían no considerar- pero en la que esos elementos separados realmente no se fusionan o sintetizan. Hay todavía “piezas” sueltas en la terapia, y así esas dudas de cuándo usar una pieza y cuándo la otra, cuándo cambiar de una a la otra, etc., saldrán a la luz inevitablemente. De verdad no sorprende, desde este punto de vista, que aquellos que han ido más lejos en los intentos de solucionar las anteriores cuestiones, quienes han explicado más precisa y detalladamente las reglas del “cambio” y “elección”, han tendido a ser terapeutas asociados más con el ala “ecléctica” del esfuerzo a trascender luchas de escuela que con el ala “integradora” (p.j. Beitman, 1987; Beutler, 1983; Frances, Clarkin & Perry, 1984; Norcross, 1986a,b; Prochaska, 1984).

Esto no quiere decir que aquellos de nosotros que nos consideramos integradores, más que eclécticos, hayamos logrado la plena síntesis a la que antes aludía. Las formas de uso y limitaciones, asociadas con las diferentes escuelas son difíciles de superar, y para la mayoría de nosotros la integración sigue siendo más una meta que una constante en la realidad diaria. El eclecticismo en la práctica y la integración como aspiración son una descripción precisa de lo que casi todos los que estamos en el movimiento integrador hacemos la mayor parte del tiempo. Hay, sin embargo, ocasiones en las que se consigue algo más próximo a la verdadera integración, y vale la pena examinar esos casos, porque pueden aportar pistas sobre cómo lograr la integración de una forma más completa.

Es mi esperanza que los ejemplos clínicos que siguen contribuirán a este fin, apuntando hacia la evolución de una aproximación integradora más plena que zurza juntas lo que alguna vez fueron piezas separadas en un tejido homogéneo y sin costuras.

## **CONFUNDIRSE Y DIFERENCIARSE: EL CASO DE LILLIAN**

Seguidamente expondré el caso de la paciente que llamaré Lillian y con la que el trabajo terapéutico se centró en sus inhibiciones sociales. Habíamos estado usando la imaginación para ayudarla a superar una dificultad en hacer llamadas telefónicas a clientes. Se la instruyó, al estilo de la técnica conductual de *inundación*, a imaginarse a sí misma haciendo la llamada y las peores cosas posibles que le podrían pasar. Cuando comenzó la imaginación, ocurrió algo inesperado: en lugar de imaginarse las consecuencias de sus propias conversaciones telefónicas, tuvo una imagen espontánea de fundirse con su madre, quien siempre había sido

extraordinariamente inhibida y que, entre otras inhibiciones, tenía gran dificultad en hacer llamadas telefónicas. Cuando ella y su madre se emplazaron en el mismo espacio de la imagen, Lillian sintió que se encogía, como algunas veces ella había descrito metafóricamente que su madre hacía.

Le pedí que permaneciera con esta imagen, y que viera si podía hacerla empeorar. Ella se imaginó interactuando con alguien que le preguntaba, “¿por qué te encoges?”. Entonces, súbitamente, se vio a sí misma *separándose* de su madre. Cuando lo hizo, su madre continuaba encogida, mientras Lillian se estiraba más, hasta que fue bastante grande y poderosa. Esto fue espantoso para ella al principio, pero luego muy agradable y emocionante.

La imagen contada por Lillian parecía muy espontánea. Ambos estábamos sorprendidos (aunque en cuanto sucedió los dos pensamos “¡claro!”). No parecía del todo intelectualizada, deliberada, o diseñada para satisfacer al terapeuta. Más bien representaba, en una clara forma imaginada, un conjunto de puntos clave que habían sido el centro del trabajo interpretativo que se había llevado durante algún tiempo en la terapia. Cuando continuamos, el trabajo implicó no sólo una gran cantidad de elaboración sobre el significado de lo que había trascendido y su relación con la historia de la vida de Lillian, sino también un número de repeticiones deliberadas de imágenes que previamente habían aparecido de forma espontánea, repeticiones que la capacitaban para explorar más profundamente, y para integrar sus anhelos de fundirse y sus anhelos de separarse.

¿Cómo se puede caracterizar lo que acabamos de describir?. Desde luego, no fue una terapia conductual, propiamente dicha ni tampoco una simple cuestión de “condicionamiento”. Ni, ciertamente, psicoanálisis. Es más, aunque contenía elementos de ambos, no fue claramente una simple mezcla en la que se manifestara primero un poco de uno y después un poco del otro. Más bien, lo que vemos aquí es un tipo de combinación de ambos enfoques, tal que es muy difícil ver dónde termina uno y empieza el otro.

### **LA INCORPORACIÓN DE LA PANTERA: EL CASO DE JOHN N.**

Veamos ahora otro caso que ilustra de forma más clara y completa la “confusión creativa” que estoy exponiendo aquí. John N. era un miembro bastante destacado de su profesión quien, para su gran consternación, nunca había pasado el examen de autorización para ejercer. Se había examinado cinco veces antes y cada vez había suspendido, a pesar del hecho de que su importancia profesional era tal que su propia obra ocasionalmente había sido citada en el examen.

Aunque él se presentaba a sí mismo como un caso de “ansiedad ante los exámenes”, y me informó de ese auto-diagnóstico en la primera sesión, pronto llegó a estar claro que había más cosas implicadas. John había crecido en una distinguida familia de Boston, y sus padres, que eran bastante exigentes y conscientes de su nivel social, le habían enseñado que no sólo debería sobresalir sino que además

debería aparentar hacerlo muy fácilmente.

Esto no era algo que John fuera capaz de decir directamente al comienzo. Al principio yo estaba solamente impresionado por sus diversos esfuerzos por hacerme saber, indirectamente pero sin vacilación, con quién estaba tratando. Se empeñó mucho en mostrarme su importancia profesional y su nivel social, y parecía muy incómodo en el papel de paciente. En la búsqueda de una forma de investigar esta tendencia de John que no le dejaba sentirse criticado o reprimido (cf. Wachtel, 1980), yo me preguntaba en voz alta si sus padres habían estado muy preocupados por el nivel social y qué impacto podría haber tenido sobre él. Entonces parecía experimentar bastante alivio e inmediatamente se relajaba algo. El decía que sí, que ellos eran de esa forma, y era algo muy agobiante.

Las opiniones conscientes de John eran mucho más liberales que las de sus padres, y esto agravaba todavía más su dilema: no podía admitir fácilmente sus preocupaciones por el nivel social, o apreciar el papel que aquellas preocupaciones jugaban en su vida, porque había luchado duro por negarlas y, hasta donde él sabía, lo había hecho así. Planteándolas como las preocupaciones *de sus padres*, hice posible que comenzara a mostrarlas mientras todavía mantenía su perspectiva de que no las suscribía, seguramente expresando su disgusto por ellas.

Después añadí que debía haber sido difícil, creciendo en tal ambiente, no adoptar alguna de aquellas perspectivas simplemente en defensa propia; con su constante énfasis en el nivel social y el éxito, tendría que ser muy doloroso para él no conseguir esto por sí mismo. Este comentario pareció facilitar algo más que John se atreviese a contemplar sus propias preocupaciones por el nivel social, lo más seguro porque implícitamente conllevaba que *no era fallo suyo* el sentirse de esta forma.

A través de este proceso de suave y gradual aproximación a sus preocupaciones negadas sobre el nivel social (ver nota 1), John comenzó a reconocer que se había sentido a la defensiva y humillado por tener que hacer el examen, y como consecuencia no lo había preparado de una forma lo suficientemente seria. Esto fue en cierto modo el caso, incluso la primera vez que hizo el examen; sentía que tenía que estar muy sereno y despreocupado por su preparación a pesar de la gran ansiedad -ansiedad fuertemente elicitada por la necesidad interna no sólo de aprobar sino de hacerlo espectacularmente bien y hacerlo "sin sudarlo". No es necesario decir que la presión llegó a ser aún mayor cuando hacía y suspendía el examen una y otra vez.

Esta parte inicial de trabajo, *orientada al insight*, modificaba el programa de intervenciones conductuales que iban a ser empleadas. Como seguidamente describiré, aunque seguramente empleé desensibilización sistemática para ayudar a John a superar su ansiedad ante el examen, también me concentré (más de lo que por otra parte haría) en que se preparase más minuciosamente para el reto que el examen representaba. Ayudándole a ver los sentimientos no reconocidos y las ideas que le habían conducido a despreocuparse del examen, el trabajo inicial capacitó a John

para dirigirse al examen más seriamente la siguiente vez. Llegó a darse cuenta que no era sólo un problema de ansiedad lo que tenía que superar. La ansiedad, si bien en ciertos aspectos excesiva, y ciertamente interfiriente con la ejecución en el examen, no era totalmente irreal: estaba basada en parte en no haber reconocido que no se había tomado el examen lo suficientemente en serio como para prepararlo apropiadamente.

Después de trabajar bastante sobre las presiones internas que habían conducido a John a despreocuparse respecto al examen y sobre cómo podría estudiar más seriamente para aprobar la próxima vez, volvimos a la desensibilización. Inicialmente, el principal eje para el desarrollo de una jerarquía fue el temporal. Las imágenes avanzaron desde un periodo considerable antes de examen, hasta aproximaciones cada vez más cercanas a su aparición real ante la puerta, a sentarse en su pupitre, a afrontar las diversas experiencias que encontraría cuando en efecto hiciera el examen.

Al tratar estas imágenes, la naturaleza de su incomodidad llegó a estar clara en un número de situaciones específicas. Así, cuando se imaginó andando por aula de examen, llegó a tomar conciencia de el apiñamiento de los que se iban a examinar, apretándose unos contra otros, y a experimentar una fuerte sensación de *indignidad* al ser empujado y tener que identificarse. Esto, más que cualquier preocupación por suspender, fue su primaria fuente de angustia con estas imágenes. Relacionamos esto con la herencia de su crianza y condujo a una importante discusión de su estrategia para prepararse para el examen. Él estaba luchando con dobles inclinaciones: estudiar más duro que cualquier otro que hiciera el examen y estudiar mucho menos. Trabajamos sobre imágenes de ser solamente uno de entre la multitud hasta que consiguió imaginarlo con poco malestar, y encontró que esto le hacía más capaz de tener una idea mucho más clara de lo que sería una cantidad apropiada de preparación: debería hacerlo “simplemente como todos los demás”.

Igualmente reveladora fue su reacción a la imagen de estar aproximándose a la puerta del edificio del examen. Llegó a estar claro, cuando se sumergía en la imagen, que otra fuente de malestar era ver al guarda de la entrada. Recordaba que el mismo hombre había estado de servicio en varias ocasiones y se sentía muy incómodo con la idea de que este hombre vería que él iba a examinarse una vez más. Trabajó sobre esta imagen durante la mayor parte de una sesión, superando finalmente la ansiedad cuando se imaginó a sí mismo cogiendo el toro por los cuernos y diciendo “buenos días”, en lugar de tratar de pasar desapercibido (como en algún momento se daba cuenta que hacía cuando se imaginaba esto).

Los avances más interesantes ocurrieron cuando se imaginaba que visitaba el aula de examen el día anterior. La meta en este conjunto de ejercicios de imaginación era inicialmente que se aclimatase al entorno en el que iba a tener lugar el examen. Se le pidió que mirase cuidadosamente alrededor de la habitación, que tocase las diversas superficies tales como el pupitre y las paredes, que experimen-

tase la iluminación, y cosas así. Se esperaba que con eso alguna parte de la ansiedad que tendía a experimentar en la situación de examen pudiera ser eliminada.

Cuando comenzó la imaginación, sin embargo, aparecieron una fascinante serie de asociaciones y nuevas imágenes. Al principio, tenía espontáneamente la asociación de que el aula parecía un mortuario y luego que las filas de pupitres parecían innumerables sepulturas que cubrían un campo de batalla. Luego se sintió superado por un sentimiento de impotencia. Le pregunté si podría representarse a sí mismo como firme y duro, listo para la batalla. Así lo hizo. Dijo sentirse mucho mejor, más fuerte, y luego espontáneamente tuvo una imagen de empuñar una enorme espada y estar preparado para enfrentarse a un dragón. Él asoció esta imagen a nuestras varias discusiones de su enfrentamiento al examen como un oponente digno, tomándolo seriamente siendo ahora capaz de dominarlo. Estaba regocijado por esta imagen y sugerí que se ocupase en tal imaginación en casa entre sesiones, una sugestión que aceptó con gran entusiasmo.

En la siguiente sesión comenzamos con su anterior imaginación de verse a sí mismo visitando el aula del examen el día antes. Durante algún tiempo, cuando revisaba las diversas características del aula, se sentía bastante calmado y confiado, pero repentinamente sintió una oleada de ansiedad, como si algo estuviera detrás de él. Le pedí que se diera la vuelta y mirara que había allí. Contó que estaba viendo un gran gato, una pantera. Entonces yo hice una determinada interpretación. Propuse que la pantera representaba su propio poder y agresión, y que era una amenaza para él sólo mientras la mantuviera fuera de él o fuera de su vista. Le pregunté si podía ver a la pantera como parte de él, añadiendo que lo que estaba sintiendo amenazado era *su propio poder, su propia intensidad a punto de estallar*.

Se imaginó como que absorbía la pantera y la ansiedad disminuyó. Entonces yo elaboré -seguro que de forma bastante especulativa, pero basada de alguna manera en la comprensión que habíamos logrado juntos sobre las dinámicas de su dificultad con el examen- el por qué podría ser, que hubiera elegido una pantera en concreto para representar la parte de sí mismo que necesitaba ser reapropiada. Le señalé que las panteras eran no sólo fuertes y decididas sino que también eran meticulosas y sumamente consideradas con sus presas. A pesar de ser criaturas tremendas, sugerí, las panteras no se toman sus presas a broma. No saltaban precisamente de forma casual cuando quiera que vieran una potencial fuente de alimento. No actuaban como si quedara rebajada su dignidad al merodear durante horas, arrastrándose sobre sus vientres. Las panteras, dije, eran diligentes estudiantes que llegaban a ser expertas en los hábitos de las criaturas que rastreaban, expertas cuya experiencia era el resultado no sólo del instinto o de su magnífico equipamiento natural sino de la atención al detalle y a un respeto por la dificultad de la tarea de conquistar que su naturaleza las requiere. Su gracia podría parecer que no las suponía esfuerzo, pero no era casual; las panteras eran sumamente formales.

Viendo todo esto ahora me es imposible distinguir cuánto reflejaba una

comprensión empática de los verdaderos estratos de significado que condujeron la experiencia de John hacia esa imagen en particular y cuánto fue simplemente sugestión por mi parte. La “interpretación” parece plausible, pero por lo menos yo estaba haciendo hermoso lo hermoso, usando la imagen de la pantera para apuntar hacia actitudes que creía que sería útil que incorporara, tanto si eran las verdaderas fuentes de la imagen como si no. (ver nota 2).

Lo que es importante es que mis comentarios fueron significativos *para el paciente*. Retrataran o no con exactitud los *orígenes* de la imagen, vibraban con los bucles del significado que la imagen engendró, y ayudaron a amplificar y consolidar la utilidad de la imagen misma, la cual fue después de todo creación de John. En el trabajo posterior sobre la ansiedad ante el examen y, significativamente, en el trabajo que hizo por su cuenta para tratar otra serie de preocupaciones, John, quien descubrió que esta imagen era muy dominante, hizo gran uso de la imagen de la pantera y sus variantes. Ayudó a sus esfuerzos de relajación, por ejemplo, imaginándose a sí mismo como un gran gato relajándose y lamiéndose. Cuando se enfrentaba a un desafío difícil, se imaginaba de nuevo a sí mismo y a la pantera juntos, y sentía que no tenía que ser abiertamente agresiva sino que sabía en lo profundo de su interior que era capaz de lo que fuera necesario. Algunas veces, incluso, se imaginaría a sí mismo emitiendo graves sonidos murmurantes en lo profundo de su garganta que, como él expresa, “recuerdan a la pantera que es una pantera”.

Uno de mis favoritos usos creativos espontáneos de la imagen de la pantera apareció más tarde en el trabajo de desensibilización (ver nota 3). Estábamos en aquel momento de su imaginación sentados y haciendo el examen cuando una maravillosa sonrisa apareció en su cara y me dijo que se acababa de imaginarse que la punta del lápiz con el que estaba escribiendo era en realidad la uña de la pantera; que la pantera estaba firmemente en su interior, incorporada y encauzada y, cuando las uñas salieron de las puntas de sus dedos, eran lápices con puntas muy afiladas que estaban escribiendo las respuestas del examen.

Esta vez, sus puntas eran verdaderamente afiladas. Después de haber suspendido el examen cinco veces previamente, en esta ocasión no sólo lo aprobó sino que también lo hizo muy bien. Por supuesto que yo no pude determinar si lo habría aprobado incluso sin terapia de ningún tipo, o si un procedimiento más ortodoxo de terapia conductual o terapia psicoanalítica solos (o de cualquier otra aproximación para el problema) habría funcionado tan bien. Sólo la investigación sistemática - investigación de un tipo que impondrá nuestros poderes de persistencia y de innovación metodológica- puede capacitarnos para solucionar con seguridad las muchas cuestiones que casos como éste suscitan. Pero el caso ilustra bien lo que puede ocurrir cuando la integración se mueve más allá de “un poco de esto y un poco de aquello” y comienza a caracterizarse por una más completa síntesis de los elementos separados. En las manos de un paciente creativo como John, las posibilidades son fascinantes.

## LA EVOLUCIÓN DE UNA APROXIMACIÓN INTEGRADORA

Cuando por primera vez me descubrí a mí mismo trabajando en la forma descrita en este artículo, estaba más preocupado que complacido por ello. Yo me preguntaba si estaba abandonando mi compromiso de integrar métodos conductuales en mi trabajo, ya que en estos casos (cada vez más comunes) yo no estaba haciendo exactamente “terapia conductual”. ¿Estaba volviendo a las prácticas más tradicionales del terapeuta psicoanalítico, en las que originalmente me había entrenado y que podrían parecer en ocasiones casi grabadas en mí? (ver nota 4).

Una razón para esta preocupación era que, en mis más tempranos esfuerzos para incorporar métodos conductuales en mi trabajo clínico, cuando empleaba métodos procedentes de la terapia de conducta lo hacía de una forma bastante ortodoxa, incluso si el escenario no lo era. Esto es, cuando usaba estos métodos me parecía bastante a un terapeuta conductual tradicional.

Gradualmente, sin embargo, la línea divisoria comenzó a hacer distinción entre qué aspectos de mi trabajo clínico eran conductuales y cuáles representaban el lado psicodinámico. No sólo comencé a dar un aroma psicodinámico a mi uso de los métodos conductuales, sino que también mi estilo de llevar a cabo la parte psicodinámica del trabajo -de interpretar, de comunicar mi comprensión, e incluso de escuchar-, comenzaban a estar influenciados por mi creciente inmersión en el punto de vista conductual.

Alguno de estos cambios se recogió en *Psicoanálisis y Terapia de la Conducta* (Wachtel, 1977), donde se pueden encontrar ilustraciones del uso de los procedimientos conductuales corrientes y algunas de las formas en que han sido modificados en el esfuerzo de incorporarlos a una terapia orientada psicodinámicamente. Lo que estoy describiendo aquí es cómo este proceso de síntesis ha continuado. En gran parte del trabajo que hago hoy en día es difícil decir qué es lo psicodinámico y qué es lo conductual. El trabajo, se podría decir, está llegando a tener menos costuras. Esto, me parece a mí, es un deseable, si bien algunas veces confuso, estado de las cosas.

El enfoque expuesto aquí -en el que a veces se integran aspectos habitualmente incompatibles- requiere considerable atención a lo que el filósofo de la ciencia Michael Polanyi (p.e. 1964) ha llamado “conocimiento tácito”: inevitablemente “sabemos” más de lo que podemos articular; y mientras que abandonar el esfuerzo de articular empobrece la obra, también queda limitada por lo que se puede articular en un momento dado. Es fundamental para el enfoque aquí descrito la disposición a escuchar ocurrencias o temas inesperados, y estar interesado por lo que, desde una perspectiva restringida, podría conceptualizarse como una desviación, interrupción, o despropósito. Agarrarse muy fuertemente a la propia teoría puede convertir en irrelevantes, o incluso en imperceptibles, las observaciones que pueden hacer que la teoría prospere y se desarrolle.

Pero si no todas las intervenciones y respuestas descritas en este artículo

fueron explícitamente conducidas por la teoría, no obstante se prestan a ser comprendidas desde una perspectiva teórica integrada. Tal comprensión, además, no es simplemente una reflexión, envuelta en bonito papel de regalo, sobre la verdadera esencia del trabajo. Cuando se logra una comprensión teórica coherente, la probabilidad de generar más variaciones sobre este tema integrador, y además un seguimiento útil y sistemático, aumenta considerablemente.

Mi propia comprensión de cómo encajan las partes radica en lo que he venido a llamar “teoría psicodinámica cíclica” (p.e. Wachtel, 1985; 1987). El concepto clave de esta perspectiva teórica es el círculo vicioso, según el cual las percepciones, motivaciones, expectativas e interpretaciones de la persona sobre los hechos le llevan a acciones que, a su vez, tienen consecuencias que devuelven información que reconfirma o refuerza las muchas percepciones, motivaciones, etc., que generaron el patrón en el primer lugar (ver nota 5). Desde esta perspectiva, ni lo “interno” ni lo “externo”, ni la dinámica motivacional y perceptual, ni las influencias ambientales son lo más básico o fundamental. Cada una da cuerpo, influencia y estimula a la otra. Verdaderamente, en gran medida no son realmente “otra”. Son aspectos mutuamente interrelacionados de un gran todo (ver nota 6).

Trabajando con John, por ejemplo, esta perspectiva me llevó a ver como relevante, y como parte de un gran patrón, un número de diferentes características de la experiencia de John sobre el examen. Sus preocupaciones sobre el nivel social y sentimientos de humillación, por ejemplo, le llevaron a evitar estudiar y a tener que tomarse el examen a la ligera. Esto, a su vez, le llevó a más ansiedad causada por el sentimiento no reconocido de no estar preparado, y a suspender como resultado de su ansiedad y de la pobre preparación. El suspenso a su vez, intensificaba más su ansiedad ante el examen y su sentido de humillación y amenaza a su nivel social, lo cual generaba todavía más evitación y más necesidad compensatoria de ser arrogante. Esto hace todavía más probable otro suspenso, y el patrón se repite de nuevo otra vez.

Puesto que todos estos aspectos de la aproximación de John al examen contribuyen a su dificultad, y puesto que cada uno contribuye también a la perpetuación de los otros factores, parece indicada una aproximación a la terapia que intente exponerlos como interrelacionados entre sí. Desde la perspectiva de un análisis cíclico, diversas consideraciones aparecen no como un foco de atención separado o inconsistente, sino como partes de un conjunto coherente, de un complejo patrón que requiere un complejo y comprehensivo conjunto de intervenciones. Estas consideraciones a las que se debe atender, algunas veces de forma alternativa y otras casi simultáneamente, pueden ser: las preocupaciones de John sobre el nivel social, su vergüenza por estas preocupaciones y cómo presentársela de una forma gradual y no amenazante, su necesidad de exponerse a los indicios de la realización del examen que le generan ansiedad (y que contribuyen al mismo tiempo a su pobre ejecución y, por lo tanto, a más ansiedad), su evitación y sus

hábitos de estudio. Así no se está “cambiando” de una cosa a otra sino más bien viendo sucesivamente diferentes aspectos del mismo gran patrón. De esta forma, aunque la perspectiva teórica que yo empleo de ninguna manera dictó las cosas específicas que hice en cada momento, hizo más probable el tipo de aproximación sintetizada que se materializó.

## COMENTARIOS FINALES

Las cuestiones con las que comenzaba este artículo probablemente nunca desaparecerán completamente o serán dejarán de ser irrelevantes. Cuanto más nos acerquemos a un enfoque verdaderamente integrador, sin embargo, tanto más probable será que lleguen a ser menos presionantes e intimidantes y que sus respuestas vayan a tomar probablemente una configuración más clara. Ayudado por los continuos esfuerzos evolutivos para comprender teóricamente estos desarrollos, por la elaboración de modelos de investigación lo suficientemente complejos para dirigir los nuevos retos que el trabajo integrador presenta, y por la potencia creativa espontánea de pacientes como Lillian y John, quizás podemos esperar que estén próximas verdaderas mejoras en nuestra habilidad de ayudar a las personas.

## NOTAS

1.- Como Wile ha señalado de forma particularmente clara (p.e. Wile, 1984; 1985), las interpretaciones de rechazo de sentimientos y deseos demasiado a menudo tienen un tono inadvertidamente acusatorio. Descubrir una forma de capacitar a los pacientes para reconocer y aceptar estas tendencias conflictivas sin que sientan que están siendo criticados por tenerlas es una parte importante de la tarea del terapeuta (ver también Wachtel, 1987, cap. 7.)

2.- Mi conocimiento de la conducta de los grandes felinos, dicho sea de paso, deriva casi exclusivamente de programas de naturaleza de la televisión pública, los cuales me gustan mucho. Mi conocimiento de la *experiencia subjetiva* de estas magníficas criaturas, por supuesto, está solamente basado en una bondadosa antropomorfización combinada con un toque de palabrería y un poco de antojo. Verdaderamente, algo de la claridad de mi descripción vino de haber visto un programa de naturaleza la noche anterior; pero fue un programa sobre *otras* especies de grandes gatos, y no podría decir con autoridad si las panteras de hecho pasan la mayor parte de su tiempo sobre sus vientres o si verdaderamente acechan las presas durante horas como los leones y los tigres hacen. (De acuerdo con mi temprana minuciosa investigación sobre el asunto -cuando tenía diez años viendo películas de Tarzán- las panteras realizaban muchas de sus cazas saltando desde las ramas de los árboles).

3.- Además del fascinante material presentado aquí, no obstante, es importante que esté claro que al mismo tiempo continuábamos con la desensibilización “habitual”, a través de una jerarquía y de hecho encontrándonos que nos seguíamos

tropezando con algunos puntos de ansiedad resistente que requerían repeticiones diligentes antes de que cedieran. Además, permítaseme añadir que este trabajo de desensibilización prosiguió al mismo tiempo con explicaciones de cómo John se estaba preparando para el examen -discusiones en las que nuestra amiga la pantera ocasionalmente hizo una útil contribución.

Uno puede bien imaginar que otro terapeuta podría haber comenzado la desensibilización desde el principio. Que yo no lo hiciera fue debido primeramente a dos consideraciones: primero, los mayores esfuerzos de integración tienen un “sabor” que deriva de la orientación original del terapeuta. Mis continuas predilecciones están en principio basadas en la tradición psicodinámica, y así la exploración y clarificación de conflictos es una actividad preferente. Segundo, en este caso en particular, yo pensé que era importante exponer tempranamente los sentimientos conflictivos de John sobre el nivel social porque si no la terapia iba a ser sabotada por malentendimientos “inadvertidos” y otras cosas tales que a menudo se conceptualizan como “resistencias”.

4.- De hecho, por supuesto, yo no estuve practicando exactamente terapia psicoanalítica en el sentido tradicional. Esto fue menos problemático porque mi pensamiento está firmemente basado en la tradición psicodinámica en muchos aspectos y porque yo había pensado más clara y explícitamente mis razones para modificar la más típica forma de trabajar la línea psicodinámica (Wachtel, 1977).

5.- Por supuesto que la información devuelta puede también *modificar* las percepciones y asunciones de la persona. Cuando esto pasa, es más probable el efecto terapéutico. Los problemas que trae la gente a la terapia aparecen cuando coocurren los hechos de tal forma que el mismo resultado debería ocurrir una y otra vez.

6.-De esto también se desprende que mi comienzo de la descripción del círculo desde el “interior”, para entendernos, con las percepciones y motivaciones de la persona, es arbitraria; un artefacto de la naturaleza lineal de las descripciones publicadas. Las percepciones y motivaciones son tanto una función de las interacciones de uno con los otros como ellos son un determinante de aquellas interacciones.

*Incluso en la práctica de los terapeutas de orientación integradora, lo que se ve más a menudo es una combinación de elementos derivados de diversas orientaciones teóricas más que una verdadera síntesis. Hay, sin embargo, ocasiones en que se consigue algo más cercano a la verdadera integración, y merece la pena examinar esos casos, pues pueden dar indicios sobre cómo se puede lograr la integración de una manera más esmerada. El presente artículo examina material clínico que representa un paso más en los esfuerzos del autor por aproximarse a una síntesis más plena que vaya más allá de la simple combinación de elementos o de diferentes alternativas de tratamiento. Se expone la relevancia para el trabajo terapéutico descrito de conceptos teóricos centrados en el círculo vicioso.*

**TRADUCCION:** Eduardo Frechilla Arocha.

### Nota editorial

Este artículo apareció publicado en el Journal of Psychotherapy Integration, Vol. 1, N°1, en el año 1991 (pag. 43-54), y ha sido traducido con permiso del autor.

### Referencias bibliográficas

- Beitman, B.D. (1987). *The structure of individual psychotherapy*. New York: Guilford.
- Beutler, L.E. (1983). *Eclectic psychotherapy: A systematic approach*. New York: Pergamon.
- Frances, A. , Clarkin, J. F., & Perry, S. (1984). *Differential therapeutics in psychiatry*. New York; Brunner/Mazel.
- Norcross, J.C. (1986a). *Handbook of eclectic psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Norcross, J.C. (1986b). *Casebook of eclectic psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Polanyi, M. (1964). *Personal knowledge: Towards a post-critical philosophy*. New York: Harper & Row.
- Prochaska, J.O. (1984). *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis* (2nd ed.) Homewood, IL: Dorsey Press.
- Wachtel, P.L. (1977). *Psychoanalysis and behavior therapy: toward an integration*. N.Y.: Basic Books.
- Wachtel, P.L. (1985). *Integrative psychodynamic therapy*. In S. Lynn & J. Garske (Eds.), *Contemporary psychotherapies* (pp. 287-239). Columbus, OH: Chas, E. Merrill.
- Wachtel , P.L. (1987). *Action and insight*. New York: Guilford.
- Wile, D. (1984). Kerneberg, Kohut, and accusatory interpretations. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 21, 315-329.
- Wile, D. (1985). Psychotherapy by precedent. *Psychotherapy: Theory, research and practice*, 22, 793-802.