



# LA COMPRENSIÓN DE LA INDIVIDUACIÓN EN EL ESCENARIO DE LA PSICOTERAPIA: UNA MIRADA DESDE EL CONSTRUCTIVISMO

## UNDERSTANDING OF INDIVIDUALITY IN THE PSYCHOTHERAPY SCENARIO: A VIEW UNDER CONSTRUCTIVISM PERSPECTIVE

Andrés Castillo\*

### RESUMEN

A pesar del paso del tiempo, la psicoterapia sigue siendo protagonista y blanco de múltiples discusiones; sus orígenes y desarrollos han estado enmarcados en la diversidad y la polémica cuando se analizan los diversos postulados teóricos y procedimientos que la fundamentan como práctica científica, generando varios focos de discusión en las comunidades académicas. En la actualidad, la práctica de la psicoterapia continua creciendo tan rápido como las diferentes orientaciones teóricas en la ciencia psicológica, lo que permite generar nuevas propuestas para complementar abordajes científicos y paradigmas epistemológicos que sustentan la psicoterapia en la actualidad, ya no entendiéndola como un conglomerado de procedimientos que tiene como único fin una aplicación de técnicas orientadas a determinar la validez de sus procedimientos terapéuticos, cayendo así en abordajes que no conciben desde el principio la subjetividad humana como proceso de individuación como característica proactiva y generadora de significados a nivel personal y diferenciándose de las epistemologías de orden racionalista y positivista, tomando el constructivismo como alternativa en el abordaje de nuevas formas de entender el ejercicio psicoterapéutico.

**Palabras claves:** *Psicoterapia, Paradigmas, Epistemológicos, Constructivismo.*

### ABSTRACT

Despite the test of time, psychotherapy has played a protagonist role becoming the center of controversy and multiple discussions; origins and developments have been diverse and polemical when the multiple theoretical principles and procedures are studied, creating many fields of discussion among the scientific community. Actually, psychotherapy carries on growing as fast as the other different orientations in psychology science; generating new proposals that sustain scientific approaches and epistemological paradigms that sustain psychotherapy in the present time, leaving behind the comprehension of this science as a simple list of procedures (checklist) under the only purpose of implement certain techniques oriented only to validate therapeutic procedures, falling in approaches that not recognize properly the human being as an individual, making a big difference with rationalist and positivist approach and taking the constructivism as a new way to understand the psychotherapeutically practice.

**Key words:** *Psychotherapy, Epistemological Paradigms, Constructivism.*

\*Andrés Antonio Castillo Sánchez es Psicólogo de la Universidad Católica de Colombia. El presente trabajo corresponde a una iniciativa personal de sus reflexiones en torno a los procesos de psicoterapia. Bogotá, Colombia. La correspondencia en relación con este artículo debe dirigirse al Email de Contacto [andres3083@gmail.com](mailto:andres3083@gmail.com)

ARTÍCULO DE REFLEXIÓN. RECIBIDO: 22 de junio de 2012 APROBADO: 11 de septiembre de 2012

## INTRODUCCIÓN

El objetivo de este artículo de reflexión es ilustrar un abordaje alternativo a la orientación científica dominante que hoy utilizan algunos modelos psicoterapéuticos, ya que su investigación y respectivos hallazgos no se encuentran ligados a la comprensión de la experiencia personal. Se pretende por lo tanto, enmarcar la importancia de conocer herramientas teórico-epistemológicas que permitan enriquecer la práctica científica desde la propuesta constructivista, explorando otra visión que pueda ser complemento del abordaje psicoterapéutico y a su vez comprender a ese ser humano susceptible de recibir tratamiento psicológico, haciendo énfasis en una práctica que permitan dar cuenta del proceso de individuación y construcción de las vivencias personales del individuo al cual dirigimos nuestra intervención.

En ese orden de ideas, se pretende reflexionar y dar a conocer nuevos abordajes de trabajo sobre la naturaleza del fenómeno psicológico como una totalidad en constante cambio, teniendo en cuenta la complejidad y la permanente evolución del conocimiento y su naturaleza simbólica, referido en este caso únicamente a ese sujeto susceptible de ser

afectado por un tratamiento psicológico, pero no sin antes reconocer que el estudio de los procesos psicológicos superiores debe estar encaminado a comprender a un individuo que interactúa de manera particular con los objetos de conocimiento y que en su praxis vital reconfigura su vivencia personal hasta el fin de su existencia.

Permitirá reflexionar esta perspectiva, sobre nuevas formas de entender el ser humano y que posiblemente van más allá de los métodos convencionales de la ciencia empírico-analítica, con la finalidad de generar apertura a la utilización de nuevos presupuestos epistemológicos que orienten la práctica y el estudio de sistemas psicológicos dirigidos hacia la comprensión de dichos procesos sin necesidad de caer en rótulos pseudocientíficos o metafísicos (Gonzalez, 2002; Gonzalez, 2000; Campos, 2007).

### El papel del terapeuta

Tradicionalmente la formación del terapeuta ha estado enfocada al aprendizaje de presupuestos teóricos provenientes de la psicología y de disciplinas afines como la neurociencia, la ciencia cognitiva y las ciencias naturales en general (García, 2008); que a su vez generan supuestos

teóricos básicos que permiten al terapeuta guiar las explicaciones científicas de los mecanismos implicados en procesos de modificación de comportamientos “problema”, sin tener en cuenta en ocasiones al ser humano que las vive y las encarna (Arciero & Bondolfi, 2009; García, 2009).

Esta formación profesional del terapeuta es evidente en el uso de clasificaciones taxonómicas descriptivas como el manual de Clasificación Internacional de las Enfermedades CIE-10 (OMS, 1992), que funciona como agrupación sintomática para el análisis estadístico, entendida ésta como una exploración ideográfica, pero que no permite profundizar en la construcción de la experiencia personal (Guidano, 1987; Mercado, 2010); donde no solo se haría referencia a repertorios conductuales, sino a toda la integración de los significados personales que sirven de marco explicativo de la experiencia personal, donde el ser humano sea visto más como un ser humano conocedor y co-creador de los espacios culturales.

El ser humano se encuentra dotado de un sistema complejo de conocimiento integrado en niveles semánticos, emotivos y corpóreos (De Castro & Gómez, 2011), que le otorga un modo de ser único, caracterizado en una identidad irrepetible; es decir, un ser humano diferente a un objeto susceptible de ser modificado por medio de un conglomerado de técnicas fragmentadas,

donde se desconoce la necesidad de llegar a una teoría del conocimiento humano que soporte con claridad los procesos de surgimiento y factores implicados en el proceso de formación de la identidad humana y que de cierta manera logran un acercamiento teórico que conecta con los hallazgos empíricos obtenidos muchas veces en una función clasificatoria descriptiva hecha en tercera persona en donde el investigador tiene una posición privilegiada y objetiva del ser humano (Putnam, 1981; Guidano, 1994).

De esta manera, se evidencia la desconexión con la teorización básica, desencadenado una orientación que privilegia la aplicación tecnológica de procedimientos más que la reflexión de los terapeutas; como si poner a prueba u otorgar validez a un conjunto de técnicas fuera el único horizonte para psiquiatras y psicólogos clínicos (Guidano, 1990). La tradición empírico-racionalista imperante nos ha permitido pensar el mundo en dicotomías y dualismos que han simplificado la comprensión de un ser humano complejo; donde su realidad es tan diversa como la posibilidad de distinciones que el sujeto puede efectuar en el lenguaje (Maturana, 1990; Maturana, 1999).

Esta perspectiva nos hace pensar en la necesidad de ahondar cada vez más en un ser humano histórico-cultural que exige ser abordado desde diferentes ópticas y que traen consigo la necesidad de explorar nuevos postulados teórico-epistemológicos, como lo

plantea Campo-Redondo (2004), que auxilien y a la vez inviten a los investigadores a abrir nuevas perspectivas en el abordaje explicativo del comportamiento humano (Gonzalez, 2008); lo que podría traer nuevos aires relacionados con una práctica de la psicología clínica más reflexiva, donde la perturbación psicológica y su tratamiento puedan ser abordados desde el proceso de estructuración de identidad personal y desde el proceso de significación de su propia individualidad constituida.

Para lograr nuevos abordajes se requiere revisar la concepción de ser humano; ese ser humano que conoce, se emociona, vive y da cuenta de sus experiencias de una forma particular, lo que despierta la necesidad de hacer una revisión de los presupuestos ontológicos de cada modelo de psicoterapia (Balbi, 1997; Yañez *et al* 2001).

### **Hacia el retorno de la persona**

Lo anteriormente presentado, sugiere volver a orientar la práctica clínica desde presupuestos teóricos sólidos que den cuenta de ese ser humano al cual se pretende impactar, retomando estos temas como una perspectiva básica para orientar ya sea las intervenciones, la relación terapéutica o las técnicas que se puedan trabajar en cada una de las sesiones.

Esta propuesta enmarca una de las dificultades existentes en la formación de

psicoterapeutas, evidente en la fragmentación existente entre aspectos teóricos y aplicaciones prácticas, que ha sido evidenciada en versiones funcionalistas y eclécticas en la tradición psicoterapéutica (Krause, 2011), haciendo innecesario para el terapeuta profundizar en postulados acerca del origen y desarrollo de presupuestos teóricos que fundamentan los enfoques psicoterapéuticos, asumiéndolos como aspectos poco importantes, además de ser importados de disciplinas como la filosofía y la epistemología que no benefician, bajo una mirada funcionalista, el quehacer científico; sino que lo ensombrecen con un tinte convencionalista o relativista que entre otras cosas, puede llegar a entorpecer el proceso investigativo (Lopera, 2010; Balbi, 1997).

Dadas las circunstancias y el énfasis que se ha hecho de aspectos prácticos en los procesos de psicoterapia (aplicación de técnicas, cuestionarios, instrumentos de medición y estructuración de las sesiones), se hace visible el desinterés en apropiarse de la epistemología como presupuesto orientador de las practicas terapéuticas y hallazgos científicos obtenidos en la investigación que sostiene los diferentes sistemas psicológicos, ya que en algunos círculos se toma la psicoterapia como un ejercicio únicamente practico, en donde se afirma con tono definitivo que los consultantes no necesitan ni epistemología ni método científico para

mejorar su calidad de vida, aunque se observe que en cualquier campo de aplicación de la psicología se hace necesario una instrucción en los presupuestos orientadores del quehacer científico, como una teoría del conocimiento que dé sustento a una concepción de ser humano y que pueda orientar futuras intervenciones (Balbi, 1994).

Por otra parte, al pasar por alto a la persona, y aún más, a su forma particular de encarar el mundo que lo rodea, se han generado opiniones desde los presupuestos de corte empírico/racionalista, que insisten en afirmar que los modelos de psicoterapia deben tener como finalidad única para su aprobación científica, la obtención de resultados validos (Mustaca, 2011; Villarroel & Mustaca, 2006; Llobell, Frías & Monteverde, 2004; ), aunque *per se*, éstos no se convierten en garantía para un estudio total de los mecanismo de transformación implicados en cada procedimiento psicoterapéutico a realizar; lo cual, lleva a pensar que la evaluación y manipulación de resultados, como la habilidad en el manejo de los mismos, dice poco de la capacidad explicativa de un modelo de psicoterapia. En Desde este marco, Zagmuntt (2009) manifiesta que:

*“La moda unilateral de validar los modelos terapéuticos cuantitativamente debe ser revisada ya que si bien, mostrar resultados es una importante práctica de validación*

*de nuestra efectividad ante la comunidad, esto dice poco de las múltiples preguntas sin respuesta a las cuales nos vemos enfrentados cuando hacemos psicoterapia. Ya sabemos que todas las terapias serias funcionan y en tasas más o menos similares en las diferentes escuelas [...]. Si bien es importante evaluar resultados cuantitativamente me parece que lo es igualmente abocarnos a responder la pregunta de por qué una terapia fracasa (Zagmuntt, 2009; p.74)”.*

El postulado anterior no intenta de ninguna manera oponerse al empleo de los métodos cuantitativos en la investigación del comportamiento, sino hacer un llamado de atención referente al desarrollo de un cuerpo teórico-epistemológico sólido que nos permita realizar explicaciones científicas mas incluyentes del fenómeno humano, ya que en algunos casos la extrema necesidad de validar los métodos desde los modelos científicos imperantes, hace que el psicólogo reste importancia a los factores que encadenan el fenómeno que observa.

Desde esta perspectiva propuesta, el objetivo de la psicoterapia es precisamente la observación de los factores que encadenan el fenómeno (Guidano, 1990); es decir, la experiencia humana en primera persona (o desde ese ser que conoce), que termina



perdiéndose muchas veces, por seguir una rigidez metodológica y que según Morejón (2004), tiene la trampa de presentar de manera fácil, una visión pre-construida del hombre, de la terapia, de la ciencia y de argumentos ajenos. Delgado (2000) manifiesta a su vez, que en algunos casos, el terapeuta redundante en estudiar el impacto de las técnicas y la estandarización de instrumentos, antes que ahondar en una explicación detallada de la persona, de su historicidad y del significado de los “síntomas” que la aquejan. Todo esto en el marco de un programa de investigación científica que retome a la persona como blanco de la intervención psicológica.

### **Reflexión en torno a la psicoterapia**

La necesidad de retomar al ser humano en el plano investigativo infunde la necesidad de observar al mismo desde su constitución como individuo; no solo concebido como un ser reactivo en el contexto donde experimenta su vivir a merced de las circunstancias que no logra controlar, sino que se pretende comprender a un ser humano que vive un tiempo y espacio propios; los cuales pueden enunciarse como procesos únicos e irrepetibles que funcionan con base a una interacción dialéctica entre la emocionalidad y la vivencia histórico-significativa de la cual proviene (Zagmutt, 1999; García, 2004);. Lo anterior puede ser

tratado como un solipsismo si no se tiene en cuenta el orden dialéctico de la anterior proposición; en donde el ser humano, en su ejercicio único del conocer, interactúa con una realidad en la cual es co-creador, teniendo en cuenta que ese ser humano tiene la capacidad de significar su experiencia por medio del lenguaje y que a su vez, sirve como instrumento de consenso y coordinación del accionar humano por medio de la distinción de situaciones que ocurren en su ambiente, argumentando así un proceso dialéctico en donde sujeto y ambiente son parte de un proceso creador interaccionista en constante actividad. (Balbi, 1997; Balbi, 2004; Zagmutt, 1998; Zagmutt, 2005; Gonzales, 2009).

Cabe destacar que el proceso de construcción dialéctica ente sujeto y ambiente postula al ser humano como principal artífice de la validación del conocimiento teniendo en el proceso de construcción de sentidos personales e interpretación de su propia experiencia en comunión con un contexto social del cual el individuo hace parte, como manifiesta Gonzalez, (2008) y que desde esta perspectiva se hace necesario que en la tradición psicopatológica como también lo postula Binswanger (2007), se identifique en primer lugar una perspectiva de cómo un “enfermo” vive en su cuerpo, y como experimenta su vivencia personal. Lo anterior hace referencia a que este hombre mencionado, no solo posee un cuerpo dotado

de determinadas características fisiológicas sin un propósito; ya que su corporalidad ha estado inmersa un sistema de símbolos compartidos que le permiten significar y dar un valor particular a los objetos de conocimiento que percibe en su contexto vital, ya que de lo contrario, podría correr el riesgo de ser reducido a explicaciones químicas o fisicalistas (Dantas & Moreira, 2009; Boyle, 2002).

Esta visión de hombre no se limita a ser una explicación anatómica, en donde una lagrima de dolor o de alegría terminará siendo una secreción del mismo tipo. Para ampliar esta perspectiva, Jaspers (1965), hace una reflexión formulada por el historicismo alemán, donde identifica en la teoría y en la práctica psicopatológica dos modalidades diferentes de investigación que no son excluyentes la una de la otra. Por un lado, está *la explicación*: a través de la cual el investigador se preocupa por identificar las relaciones de causa y efecto que determinan la presentación de un fenómeno psíquico; es decir, las leyes y los principios que deberían ser validos para todos los casos análogos permitiendo así mismo hacer pronósticos. Por otra parte, y como complemento, está *la comprensión*: en virtud de la cual el observador entra, por así decirlo, en el corazón del fenómeno psíquico para llegar a su sentido personal, con la finalidad de entender el significado más profundo, que en cuanto es ligado a la interioridad del otro,

encierra una experiencia personal única e irrepetible, irreductible a cualquier medida y a la cual se puede acceder, en todo caso, por medio de la empatía; aquella particular vivencia que permite a cada uno de nosotros comprender lo que el otro está viviendo, de sentir aquello que el otro experimenta como ser humano, que se asemeja, pero sin poderse inmiscuir dentro de él en cuanto a su individualidad, en donde el ser permanece como algo de absoluta trascendencia respecto a nosotros y en consecuencia impenetrable a cualquier mirada externa que tendiese a captarla en original.

Lo anterior permite visibilizar una perspectiva integradora del conocimiento humano; de ese sujeto humano como proceso, donde la cognición, la emoción, el afecto y su repertorio comportamental se fundan en una totalidad que es susceptible de ser interpretada en una interacción dialéctica por parte de paciente y terapeuta y donde este último no pretenda servir como juez último de una realidad objetivizante desde los ojos de la verdad absoluta o como poseedor de un atributo superior que le confiera predecir y controlar el comportamiento humano, sino más bien como co-explorador del fenómeno vital que tiene en sus manos al momento de recibir su consulta (Zagmutt, 2005; Guidano, 1994; Guidano & Liotti, 1985).

Este artículo de reflexión es sustentado como una alternativa epistemológica en los procesos de psicoterapia, con la finalidad de

mediar en la creación de espacios de reflexión en la práctica psicoterapéutica, ya que en los años venideros las inquietudes seguirán surgiendo por y para los pacientes; quienes serán susceptibles de ser intervenidos por las diferentes perspectivas existentes en psicoterapia.

## REFERENCIAS

- Arciero, G. & Bondolfi, G. (2009). *Selfhood, Identity and personality styles*. United States: Wiley-Blackwell.
- Balbi, J. (2004). *La mente narrativa*. Argentina: Paidós.
- Balbi, J. (1997). “¿Qué es una persona?”. Reflexiones acerca del dominio de la psicología desde una perspectiva ontológica y post-racionalista. *Journal of Constructivism Psychology*; 9 (4). pp. 249-261.
- Balbi, J. (1994). *Terapia Cognitiva Posracionalista: Conversaciones con Vittorio Guidano*. Argentina: Biblos
- Binswanger, L. (2007). *Per un'antropología fenomenológica. Saggi e conferenze psichiatriche; Terza edizione*. Milán: Editorial Feltrinelli.
- Boyle, M. (2002). It's all done with smoke and mirrors. Or, how to create the illusion of a schizophrenic brain disease” *Clinical Psychology Issue* 12, 9-16.
- Campo-Redondo, M. (2004). Epistemología y psicoterapia. *Revista Opción*, 20 (44), 120-137.
- Campos, C. (2007). La experiencia de pérdida y el surgimiento de psicopatología: una aproximación desde el enfoque constructivista postracionalista. *Ciencia psicológica: 1* (2), 13-27.
- Dantas, D. & Moreira, V. (2009). El método fenomenológico crítico de investigación con base en el pensamiento de Merleau-Ponty. *Terapia psicológica*, 27(2), 247-257.
- De Castro, A. & Gómez, A. (2011). Corporalidad en el contexto de la psicoterapia. *Revista Psicología desde el Caribe, Universidad del norte*; 27, 223-252.
- Delgado, J. (2000). Relevancia actual del tema de la conciencia en neurociencia: introducción. *Vigilia-Sueño*, 12, 165-167.



- García, M. (2004). Reseña de "El espacio biográfico. Dilemas de la subjetividad contemporánea" De Leonor Arfuch. *Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales*, 46(190), 232-238.
- García, P. (2009). El nudo del mundo. Subjetividad y ontología de la primera persona. *Eidos: Revista de filosofía de la Universidad del norte*; 10, 194-223.
- Garciandía, J. (2008). Metafísica de la psicoterapia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*: 37(1), 29-52.
- Guidano, V. & Liotti, G. (1985). A constructivistic foundation for cognitive therapy. En Mahoney, J. & Freeman, A. (Eds.). *Cognition and psychotherapy*. New York: Plenum.
- Guidano, V. (1990). De la revolución cognitiva a la intervención sistémica en términos de complejidad. La relación entre teoría y práctica en la evolución de un terapeuta cognitivo. *Revista de Psicoterapia*, 1(2-3).
- Guidano, V. (1994). *El Si Mismo En Proceso: Hacia Una Terapia Cognitiva Postracionalista*. España: Paidós.
- Guidano, V. (1987). *La complejidad del Sí Mismo, un enfoque evolutivo de la psicopatología y de la psicoterapia [traducción en español]*. New York: The Guildford Press.
- Gonzalez, F. (2009). Las categorías de sentido, sentido personal y sentido subjetivo en una perspectiva histórico-cultural: Un camino hacia una nueva definición de subjetividad. *Universitas Psychologica*, 9 (1), 241-253.
- Gonzalez, F. (2000). *Investigación cualitativa en psicología. Rumbos y desafíos*. México: Thomson editores.
- Gonzalez, F. (2008). Subjetividad social, sujeto y representaciones sociales. *Diversitas. Perspectivas en psicología*, 4(2), 225-243.
- Gonzalez, F. (2002). *Sujeto y subjetividad*. México: International Thomson editores.
- Jaspers, K. (1965). *Psicopatología general*. Roma: Il Pensiero Scientifico.
- Krause, M. (2011). La psicoterapia: ¿Oficio sin ciencia y ciencia sin oficio? *Revista Colombiana de Psicología*, 20 (1), 89-98.

- Llobell, J., Frías, M. & Monteverde, H. (2004). Tratamientos psicológicos con apoyo empírico y práctica clínica basada en evidencia. *Papeles del psicólogo*, 25(87), 1-8.
- Lopera, J. (2010). *El objeto de la psicología: el alma como cultura encarnada*. Colombia: Universidad de Antioquia.
- Maturana, H. (1990). *Biología de la cognición y epistemología*. Temuco: Ediciones Universidad de la frontera.
- Maturana, H. (1999). The organization of the living: A theory of the living organization. *International Journal of Human-Computer Studies*, 51, 149-168.
- Mercado, B. (2010). El efecto orientador del psicodiagnóstico. *Revista brasileira de Orientação profissional*, 11(1), 145-149.
- Morejón, A. (2004). La investigación de resultados y el futuro de la psicoterapia: Alternativas a los tratamientos empíricamente validados. *Papeles del psicólogo*, 25(87), 45-53.
- Mustaca, A. (2011). Evaluación objetiva de los tratamientos psicológicos: Modelos basados en la ciencia. *Revista Colombiana de Psicología*, 20(1), 99-106.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (1992). *CIE-10. Trastornos Mentales y del Comportamiento. Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades. Descripciones Clínicas y pautas para el diagnóstico*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Putnam, H. (1981). *Reason, truth and history*. United States of America: Cambridge University Press.
- Villarroel, P. & Mustaca, A. (2006). Investigaciones en psicología clínica basadas en la evidencia en Chile y Argentina. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 551-565.
- Yañez, J., Gaete, P., Harcha, T., Kühne, W., Leiva, V. & Vergara, P. (2001). Hacia una metateoría constructivista cognitiva de la psicoterapia. *Revista psicología*, 10(1), 97-110.
- Zagmutt, A. (1999). Conciencia y autoconciencia: Un enfoque

constructivista. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*. 37(1), 27-34.

Zagmutt, A. (1998). Intervención en Crisis desde el enfoque Posracionalista y el marco narrativo de la experiencia humana. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 7(2), 167-174.

Zagmutt, A. (2009). La evolución de la noción de mente y sus efectos en el desarrollo de la terapia cognitiva chilena. *Psicoperspectivas*, 7(1), 70-92.

Zagmutt, A. (2005). "La Terapia Cognitiva Posracionalista: un salto integrador en el Cognitivismo en Psicoterapia". Conferencia. IV Congreso Mundial de Psicoterapia. Bs. As. Argentina. Recuperado el 23 de febrero de 2010 en [www.posracionalismo.cl](http://www.posracionalismo.cl).