

CONVERSACION CON VITTORIO GUIDANO

J. Minerva Medina Díaz

Facultad de Psicología

Universidad de La Laguna.

Vittorio Guidano es un maestro de la psicoterapia que ha revolucionado este campo con la aportación del Modelo Cognitivo Procesal Sistémico. Este modelo está enmarcado en un enfoque epistemológico post-racionalista que incorpora nuevas nociones sobre la realidad y el conocimiento.

Este modelo aporta cambios profundos en los criterios de evaluación clínica, para los que Guidano propone una nueva nosología en términos evolutivos y de sistemas de procesos, opuesta a la nosografía descriptiva clásica. El núcleo central de la teoría psicológica que desarrolla es el concepto de organización de significado personal y distingue cuatro patrones: organización depresiva, organización fóbica, organización de trastornos alimentarios y organización obsesiva, que son modos de procesamiento, el modo particular en que cada sujeto combina y recombina su significado personal.

Esta propuesta terapéutica está orientada a la reestructuración del significado personal del paciente y a la comprensión de sus propias reglas de funcionamiento.

Esta entrevista ha sido realizada con gran ilusión por la admiración que su obra me despierta, en el contexto del *V Congreso de Constructivismo en Psicoterapia*, realizado en la Universidad de La Laguna, Tenerife, en el mes de septiembre de 1996.

M. M.- La primera curiosidad que yo tengo sobre su obra y su vida es ¿por qué le interesa el estudio del hombre desde el campo de la Psicología?.

V. G.- *Es una larga historia. Empezó con la revolución de los jóvenes en el 68. En aquel tiempo era joven y estaba terminando mis estudios en la facultad de Medicina y hasta ese momento nunca había pensado en dedicarme a la Medicina, ni siquiera a la Psiquiatría. Mi única intención cuando empecé Medicina era ser investigador exclusivamente. Y ya desde el inicio del primer año de carrera, empecé a trabajar en el Instituto Superior de Sanidad como bioquímico puro, hasta 1968. De repente, en ese año ocurrió algo que cambió la mentalidad general de la sociedad. Toda la atención se dirigió hacia lo social y descubrí que interesarme en la Bioquímica, en ácidos o en las células era un juego de niños que no tenía nada que ver con la realidad. Para mí, entonces, la cuestión consistía en cómo dirigir la*

investigación pura, ya que siempre estuve centrado en ella hacia lo social. Y lo más social que yo tenía disponible, en ese momento, en Medicina, era la Psiquiatría. Esto influyó mucho en mi carrera: me volví a la Psiquiatría con la misma actitud que tenía hacia la Bioquímica. Para mí consistía nada más que en cambiar el objeto, el objeto ya no era más la célula, era la mente. Por lo tanto, tenía una actitud completamente diferente a la de los otros colegas psiquiatras. Siendo entrenado en lo que se llama un método científico duro, me parecía, también en este caso, un jueguito de niños la modalidad con que los psiquiatras tendían a investigar: me parecía que, desde el punto de vista del método científico puro, los cuestionarios, los tests psicológicos, carecían de todo rigor. Así que yo siempre estuve fuera de la Psicología oficial. Esta es la forma en la que llegué a interesarme en la Psicología, antes del 68 nunca había pensado en ella.

M. M.- ¿Fue eso una revolución personal?

V. G.- Seguramente. Pero lo asombroso de ese período es que además de ser una revolución personal fue también social. Todo fue muy repentino, en seis meses. Yo tenía realizada ya mi carrera como bioquímico, me licencié en el 68 y había acordado con mi profesor que iría a Boston para hacer un Master en Inmunología; esto tenía que ocurrir en el verano del 68, y yo dejé la carrera de Bioquímica en marzo de ese mismo año y me fui a un hospital psiquiátrico. Fue muy repentino.

M. M.- Respecto a su terapia, ¿usted cree que su crecimiento personal ha influido en su forma de realizar la terapia?

V. G.- Seguro que sí. Todas las cosas que empecé a desarrollar en estos 20 ó 25 años en mis pacientes, antes se desarrollaron en mí. Por ejemplo, yo empecé a prestar mucha atención a los procesos de duelo en mis pacientes, y esto ocurrió 20 años atrás, después de experimentar en mí mismo lo que era un duelo, una ruptura afectiva. Este ejemplo lo puedo hacer extensible a toda mi terapia.

M. M.- ¿Se podría decir que el problema central del ser humano siempre ha sido el sentirse bien al lado de otro ser humano?

V. G.- Yo creo que sí. Es lo que nos dice toda la Epistemología Evolutiva. Somos primates, no es que hayamos sido primates, lo somos. Y los primates son animales que viven en un mundo intersubjetivo. Lo que más les interesa a los primates es cómo son considerados por los otros primates. Esta es una característica que los otros animales no tienen. Un chimpancé prefiere morir a perder su jerarquía en el grupo social. Creo que la variable más importante en el ser humano es la manera de conducirse entre unos y otros, de acercarse o alejarse emocionalmente. El poder en todas sus dimensiones, políticas, económicas, no tendría sentido si no estuvieran los otros. En este aspecto somos verdaderamente primates. Nuestra jerarquía social es lo más importante para nosotros. También es

el ser aceptable o no, la autoestima, aquello más privado en la relación con uno mismo. Nuestra autoestima depende de la presencia de los otros; no obtendríamos una buena autoestima si no nos consideráramos aptos para ser reconocidos y legitimados por los otros.

M. M.- ¿Se podría decir que ya hay mucho escrito sobre la dificultad del ser humano para convivir y, sin embargo, sigue estando todo por hacer?

V. G.- Sí, pero no hay posibilidad de no convivir. Creo que éste es el problema más grande que tenemos en el Posmodernismo. El Posmodernismo ha destrozado la creencia tradicional y esto ha destrozado también la idea de que haya una certeza última, valores últimos, objetivos en sí mismos; esto hace sentir a los seres humanos más soledad. Cuando había una ideología que reconocía la existencia de valores objetivos, muchos de los seres humanos ganaban un sentido de ser legitimados, reconocibles y aceptables por la adherencia a estos valores. En la Modernidad la identidad estaba confirmada por la adherencia a estos valores; ahora que nadie cree que existan valores objetivos, la identidad sólo puede ser confirmada por los otros en las relaciones cara a cara y esto ha aumentado muchísimo las exigencias que tenemos en las relaciones afectivas. Es decir, 50 años atrás el sentido de sí mismo de un hombre era confirmado por el cura, la Iglesia, sus valores morales y también por su esposa. Hoy su sentido de sí mismo como persona es, principalmente, confirmado por su esposa, ya no cree en los valores, en la Iglesia,... Entonces, por un lado aumenta la importancia de la convivencia, pero, por otro, esta convivencia se hace cada vez más difícil.

Otro efecto de la Posmodernidad ha sido el incremento enorme del sentido de individualidad y de la percepción de cada cosa como una limitación a nuestra persona, a nuestra personalidad, lo que ha aumentado la intolerancia. 50 años atrás, si a mi esposa no le gustaba el fútbol y a mí sí no era un gran problema; hoy, si a mi esposa no le gusta el fútbol y se ríe mientras yo lo veo, lo siento como un desafío a mi persona. Esta es la dificultad que tenemos hoy: por un lado, la afectividad se ha vuelto más importante que nunca. Y, por otro, realizarla se ha vuelto también más difícil que nunca.

M. M.- Con las siguientes preguntas quisiera que responda a algunas inquietudes respecto a su concepción teórica: ¿Cómo explica la fase maníaca del síndrome maníaco-depresivo de la clasificación psiquiátrica desde su concepción?

V. G.- Las formas maníacas se producen generalmente en pacientes que pertenecen a la categoría de los trastornos alimentarios. Trastornos alimentarios es un nombre, y no explica bien cómo es su significado personal, deriva de uno de los síntomas posibles, pero el proceso de significado personal es mucho más amplio. El funcionamiento básico es un sí mismo que se identifica con el juicio de

los otros. Una de las circunstancias típicas que dispara un brote maniaco es el éxito repentino, impredecible obtenido por una persona. Un ejemplo clínico: una paciente desarrolló una bulimia entre los 15 y 18 años que después le remitió. Cuando vimos a la paciente tenía 35 años y enseñaba danza clásica; era una enseñante buena, pero en un nivel medio; ella misma era muy humilde en su discurso. Lo que ocurrió fue que uno de sus alumnos se presentó a un concurso en Londres y ganó el primer premio. Cuando él la llamó desde Londres por teléfono y le dijo «salí el primero entre mil», ella se sintió en ese segundo la profesora más grande de danza clásica del mundo. Y enseguida empezó a organizar una fiesta internacional, donde invitó a Pavarotti, a los mejores,... Alquiló un castillo y en una semana gastó todo su patrimonio personal, hasta que la hospitalizaron. Éste es uno de los mecanismos más frecuentes, y son siempre personas cuya identidad se reconoce siempre en los juicios de los otros.

Otro paciente tuvo un mecanismo similar: se trataba de un manager de alto nivel que en una reunión de todos los miembros de la empresa había tenido la intervención más brillante, así que todo el mundo lo trató como un líder. Él no esperaba eso, tenía miedo de hablar, pero cuando ocurrió se sintió como si tuviera el poder de Dios. Cinco minutos después salió de la empresa que estaba cerca del aeropuerto y, mientras caminaba por la calle encontró una azafata de unas líneas aéreas australianas y la siguió, la siguió hasta... hasta Australia.

M. M.- ¿En los psicoterapeutas suele darse con mayor frecuencia algún tipo de Organización de Significado Personal en particular?

V. G.- No, desde mi experiencia puedo decir que se accede desde cualquier organización. Cada uno trabaja con su estilo, y cada estructura de significado determina algún tipo de problema. Por ejemplo, los terapeutas que tienen una Organización de Significado Personal de trastornos alimentarios son muy sensibles a los juicios de los pacientes. Se refieren a lo que el paciente hace: si el paciente dice que no comprendió algo, el terapeuta cree que no es buen terapeuta. Es algo sobre lo que tienen que trabajar en ellos mismos. Es un problema sobre el que intentamos trabajar en los cursos de entrenamiento.

M. M.- ¿En algunos países africanos, en los que la bulimia y la anorexia no se pueden dar, la Organización de Trastornos Alimentarios qué forma adquiere?

V. G.- Sin ir a África, podemos quedarnos en Italia, en Cerdeña. Las formas que adopta la Organización de Significado Personal derivan en gran parte de la forma de la cultura, del contexto social. Como decía, el tema básico de esta Organización es esta manera de establecer la identidad: para saber quién soy tengo que utilizar a los demás como espejo. En Cerdeña, 20 años atrás, no había ni Anorexia ni Bulimia, porque las condiciones de vida eran de extrema pobreza, vida de campesinos. En la vida de campesinos la estética del cuerpo no es un valor,

el cuerpo no es más que un instrumento de supervivencia, así que nunca habrá trastornos alimentarios, pero sí había fenómenos muy graves en los que se podía observar este tipo de significado. ¿Y sabes qué era lo más típico que ocurría en esa cultura campesina? La reacción que tenía el hombre, por ejemplo, cuando tenía una duda sobre su mujer: se suicidaba, no podía soportar que los otros pudieran pensar que su mujer lo traicionaba. Ahora que en Cerdeña la cultura se ha desarrollado más, y ya no es una cultura campesina, desapareció este tipo de suicidio: empezó la anorexia, la bulimia...

M. M.- ¿En qué se diferencia una depresión que surge en una Organización depresiva de una depresión que surge en otro tipo de Organización?

V. G.- Es una buena pregunta que me permite decir algunas cosas que no creo que hayan quedado claras. Básicamente una reacción depresiva es algo que pertenece a la experiencia humana, y cada Organización puede sufrirla. Lo que permite diferenciarla es que la reacción depresiva en otra Organización de Significado está circunscrita al dominio de la experiencia donde se produjo la discrepancia que afectó a la persona, y en una reacción depresiva, en una Organización de Significado Depresivo, cuando se produce una discrepancia en un sector determinado de la experiencia, en una fracción de segundo se generaliza a todos los dominios de la experiencia, hasta volverse cósmica; esto es típico de una Organización Depresiva en discrepancias triviales. Es típico de un depresivo que cuando un amigo falta a la cita o llega atrasado, en un segundo lo embarga una reacción de tristeza, que se convierte en: «La vida no vale nada, mejor morir que existir...»

M. M.- Ahora voy a formularle algunas preguntas sobre la creación artística: ¿considera que es necesario el sufrimiento para la creación artística o la creación en general?

V. G.- El sufrimiento me parece necesario en la experiencia humana en cuanto tal, es parte de ella. En términos de organización neuropsicológica, siempre me ha llamado mucho la atención que las llamadas emociones negativas sean más específicas que las positivas; siempre me pareció notable esta asimetría. Cada una de las emociones negativas tiene un perfil muy específico, mientras que las positivas tienen un perfil muy global, muy difuso. Esto significa que es propio de nuestra experiencia reconocer mejor las emociones negativas que las positivas, y creo que esta es la manera más simple y organizada con la cual opera la autoorganización de los seres vivos y la mejor manera con la que las máquinas que llamamos seres vivos pueden mantenerse y aprender a evitar el sufrimiento. Creo que esto está totalmente en oposición al Psicoanálisis: el principio del placer, desde el punto de vista evolutivo, no tiene ningún sentido. Buscar el placer no asegura la supervivencia, es mejor evitar el sufrimiento. Pero para evitarlo, hay

que saber reconocerlo, y por esto yo creo que son mucho más específicas las emociones negativas que las positivas. Todo esto significa que en nuestra experiencia humana es mucho más fácil sufrir que gozar.

M. M.- Eso es lo que parece transmitir la poesía, por ejemplo.

V. G.- Seguramente, desde este punto de vista, el sufrimiento tiene una capacidad creativa, porque estimula la búsqueda de soluciones. Tú puedes ver que muchas creaciones artísticas han sido paralelas a una experiencia de sufrimiento increíble. Uno de los más grandes poetas italianos, Leopardi, es un buen ejemplo de esto. Tuvo una familia muy rígida que lo mantuvo encerrado prácticamente en un cuarto, que tenía acceso a la biblioteca de la casa, y éste era su espacio. La primera vez que le permitieron salir de casa tenía 15 años, así que vivió en completo aislamiento desde los 0 a los 15 años, no vivió su niñez. Es seguramente uno de los sufrimientos más grandes que uno se puede imaginar. Y seguramente su poesía empezó de esta manera, como un intento de solucionar o de responder a la soledad que sentía. Pero también tenemos otras muchas situaciones en las que la gente sufre muchísimo y no hay ningún tipo de producción, y estas constituyen la mayoría.

M. M.- ¿Y cómo se explica este segundo caso?

V. G.- De veras, no sé explicarlo, me gustaría. La vida es un poquito asimétrica. Lo mismo que se puede decir sobre el sufrimiento se podría decir a propósito de la inteligencia: en esto se ve también que la vida es asimétrica. En principio, teóricamente, se podría pensar que tendría que haber un 50% de inteligentes y un 50% de estúpidos. Y en la experiencia lo que se ve es que los estúpidos son la mayoría, ¿y esto cómo se explica? Creo que es más simple, más fácil ser estúpido, y también por eso, sufrir es fácil, todo el mundo puede hacerlo. Lo difícil sería sufrir creativamente y ser estúpido de manera inteligente. El verdadero genio sería la persona que es estúpida de manera inteligente: conoce todos sus límites perfectamente.

M. M.- ¿Considera que la creación artística tiene una función psicoterapéutica?

V. G.- No, en absoluto. En lo que se refiere a su sufrimiento, a las condiciones de su vida, no tiene ningún efecto. Toma como ejemplo al gran músico que fue Bethoven. Nadie puede dudar de su capacidad de creación artística, cambió la estructura de la música de su tiempo. Pero esto no le impidió tener un delirio persecutorio durante sus últimos 12 años de vida, por lo que sufrió muchísimo y las mejores obras suyas que conocemos fueron creadas mientras deliraba, pero esta creación no tuvo ningún efecto ni sobre su delirio ni sobre su sufrimiento, él siguió delirando. Otro ejemplo más reciente ha sido el poeta portugués Fernando Pessoa. Puede ser que ningún otro poeta o escritor de este siglo haya alcanzado tal profundidad de análisis poético del sentido de uno mismo, pero esto a él no le sirvió, murió

a los 45 años por intoxicación alcohólica aguda y en la mayor desesperación.

M. M.- Desgraciadamente hemos llegado al término de nuestro tiempo y tengo que formularle la última pregunta: ¿Podría definir lo que es el amor?

V. G.- *Este es un tema muy debatido. Hay muchas personas que identifican el amor con un sentimiento muy específico, con una emoción específica o con una categoría específica. Yo no comparto esto, porque me parece muy sencillo, muy trivial, y además conlleva el peligro de una definición unívoca del amor. El amor es algo que define la experiencia humana, así como también la define el conocimiento. Para ser más claro, dije antes que somos animales intersubjetivos, sensibles a todo lo que podemos llamar acercamiento y alejamiento emotivo, yo creo que el amor es esto, el espacio emocional que modula el acercarse o el alejarse, y creo que todas las tonalidades emocionales forman parte del amor: odio, venganza, culpa, intimidad cercanía... Después este acercarse o alejarse emotivo toma su forma específica dependiendo del tipo de relación. Es decir, toma la forma de relaciones entre amigos, de relaciones entre padres e hijos o de relaciones entre hombre y mujer. Creo que de esta manera podemos comprender mejor porqué el amor, al igual que el conocimiento, puede tomar distintas formas. Recuerdo el caso de una relación singular entre padre e hijo de uno de mis pacientes. Se trataba de una familia muy pobre en la que todos dormían juntos en el mismo cuarto. Él no tenía ningún recuerdo de haber hablado con su papá. Lo que ocurría cada noche era que él se despertaba alrededor de las dos ó las tres de la madrugada, y en la oscuridad del cuarto levantaba su mano y siempre se encontraba con la mano del papá que estaba lista para cogerlo. Esta fue la relación que tuvieron siempre, su único contacto fue la mano por la noche, todas las noches. Y lo increíble era que esto ocurrió hasta que se fue de la casa, a los 18 años. El estaba muy contento de esta relación, siempre supo que su padre lo quería mucho y que él lo quería mucho a su vez. Este contacto con la mano lo contenía todo: comunicación, abrazos,...*

Doy este ejemplo para decirte que si el amor fuera un sentimiento específico, esto no sería amor. Por eso digo que el amor es el espacio emocional de lo humano y que puede tomar todas las formas que las circunstancias y el tipo de relación permita.

Referencias Bibliográficas

- GUIDANO, V.F. (1987) Complexity of the self. New York. The Guilford Press (1982)
GUIDANO, V.F.(1991) El sí mismo en proceso. Paidós, 1994, Barcelona.