



## De los límites de nuestra intervención

*Francisco Dionisio Casado Cañero*  
*FEA Psicología clínica. UGC Salud Mental AGS Sur de Sevilla*  
*Profesor asociado CIS. Universidad de Sevilla*

Abril 2013. Boletín Psicoevidencias nº35. ISSN 2254-4046

Este artículo es la continuación lógica del previamente publicado en Psicoevidencias con el título *“Sobre los mal llamados trastornos menores”*, y nace como reflexión surgida de la práctica diaria en una unidad de salud mental comunitaria, con un contacto cotidiano con un monto importante de personas, que acuden a solicitar ayuda por sentimientos y vivencias en las que de modo cada vez más frecuente aparece la quiebra de su proyecto vital y personal, con carencia de perspectivas sociales y laborales, con incertidumbre sobre las posibilidades de mantener un mínimo de bienestar para sí y para aquellos que dependen de ellos. Estos sentimientos son expresados a través de conductas que pueden ser catalogables dentro de los apartados de ansiedad, depresión, trastorno de adaptación..., etc. Creemos que quedarnos en la catalogación clínica es realizar un pobre y sesgado acercamiento a la vivencia descrita, que podría ser referida de modo más certera con términos coloquiales como pobreza o miseria, o si lo preferimos, para utilizar un término prestado de la sociología, exclusión social, en un país que ostenta el triste record de ese índice en Europa Occidental, como nos desvela el *I Informe Sobre la Desigualdad en España, de la Fundación Alternativas* (1) y a diario nos recuerda la lectura de la prensa.

Esta situación social sobrepasa las posibilidades de afrontamiento de los individuos, las familias y las comunidades, deteriora y desestabiliza patrones de ajuste antes funcionales, que claudican tanto por la presencia de situaciones de estrés en sí mismas, como por la pérdida de los elementos de apoyo social, de integración en la comunidad, de definición de su identidad social, y de construcción de su proyecto personal. Estamos en la transición de la “sociedad sólida” de la modernidad industrial, con roles, adscripciones sociales y comunitarias que permitían proyectos personales y laborales definidos, a una sociedad líquida, indeterminada, con perspectivas difuminadas, cambiantes y poco estables en los roles sociales, laborales y afectivos. Situación descrita por Baumann (2) y Sennet (3, 4).

Es tentador establecer paralelismos entre la actual vivencia de angustia, de desazón, de falta de definición social, de quiebra de los valores que configuran la existencia, e integran y cohesionan

a las comunidades, con la disolución del marco cívico comunitario acaecido en la Antigüedad Tardía (5). En ambos momentos históricos podemos presenciar tendencias en las que se asiste a una destrucción de valores que dan vigor a las comunidades ciudadanas, a la erosión del rol de cohesión y control de la política o *res publica*, del estado entendido como ejercicio común de soberanía, sobre la vida social y económica y el paso a la privatización en manos de oligarquías y organismos opacos de las funciones del mismo. Paralelamente observamos a la deriva hacia formas más autoritarias y menos transparentes de ejercicio del poder. En la Antigüedad Tardía esa angustia se canalizó a través de filosofías solipsistas (como el estoicismo tardío y el neoplatonismo) que incidían en la causa interna, en procesos mentales desencarnados, alejados de la vida social y de la experiencia sensible, del conocimiento real verdadero, y de la determinación de los sentimientos, afectos y propia conducta. Estas filosofías fueron una opción muy minoritaria, de élites intelectuales y sociales. Otra forma, no excluyente de la anterior y en muchos casos difícilmente discernible, de afrontar esa angustia, accesible a todos los estratos sociales, fue mediante el desarrollo de sectas sotéricas o místicas que permitían la creación de un ámbito de identificación personal, de proyecto vital asentado sobre una adscripción comunitaria que ofrecía apoyo dentro de un grupo, calor y sentido de la existencia, generalmente en un mundo nuevo, por venir, colocado en un plano ontológico diferente al mundo real existente. Estas funciones que ya no podían ser ofrecidas los marcos cívicos devaluados y vaciados de contenido (6). En este marco es donde se produce el auge del cristianismo primitivo, que se caracterizó, frente a otros grupos sotéricos, como los seguidores mitraicos o isíacos, por una preocupación por las condiciones de vida de la gente común, con un desarrollo amplio de redes de apoyo comunitario, lo que explicó su amplia difusión y fortaleza (7,8). Es significativo que tras la colusión entre el cristianismo con el poder durante el reinado de Constantino, que dio lugar a la Iglesia como la conocemos, el cristianismo perdió ese vigor comunitario y popular, se convirtió en medio de control social, y adoptó como antropología y eje de su doctrina muchos de los contenidos del neoplatonismo, la filosofía solipsista de mayor auge (9). En relación íntima, pero diferenciado del cristianismo como movimiento religioso popular, surgieron movimientos de protesta social, catalogados como heréticos por la incipiente Iglesia fusionada con el poder, que tomaron la forma de apartamiento, de ponerse al margen o anacoresis, y que desarrollaron unos caracteres doctrinales propios.

En el momento actual podemos considerar que esa vivencia puede encontrarse tras la pujanza y eclosión de diferentes militancias religiosas. Las mismas pueden ser grupos particulares, con rasgos muy definidos, de confesiones bien asentadas socialmente, como es el caso de las

diferentes movimientos presentes dentro de la Iglesia Católica. También se manifiesta como grupos que ofertan experiencias religiosas desde un marco de creencias alternativo al tradicional, que en nuestro país suelen tener cierta relación con alguna confesión cristiana, con una penetración muy importante en sectores sociales que han presentado situación de marginalidad y desatención por parte de las instituciones sociales y religiosas tradicionales.

La huida a ese malestar mediante filosofías solipsistas suele tener caracteres en muchos casos parareligiosos (algo que también ocurrió con frecuencia en el periodo histórico comentado), vinculados a lo que se ha denominado *espiritualidad new age*, corrientes de pensamiento que reivindican su raíz en filosofías y religiones orientales, básicamente diferentes escuelas budistas. Evidentemente nada tenemos de hablar de ello si tan sólo fueran opciones de desarrollo personal o espiritual. Pero consideramos que ha de ser objeto de análisis la inclusión de las posturas y contenidos de estos movimientos en lo que es el discurso de nuestra disciplina, como una fuente legítima de autoridad de determinadas orientaciones de tratamiento, y como conlleva una absorción del discurso psicológico hacia una nueva forma de mentalismo. Intentamos analizar cómo esa postura intelectual significa una serie de contradicciones, y nos coloca en los límites de nuestro quehacer.

### Límite ontológico y epistemológico

Consideramos que es una reiterada tentación de nuestra disciplina el desarrollo de modelos teóricos en los que todo ocurre dentro del individuo, en un espacio mental imaginario, en los que la explicación de la conducta se basa en el juego de eventos internos, cogniciones y emociones, en cómo unas modifican a las otras en los infinitos bucles en los que se desarrolla el diálogo de diferentes posiciones yóicas, en las que el acontecer de la vida es reducido a meras representaciones verbales y reglas de sentido, cuando no son convertidas en funciones biológicas, en un curioso paralelismo con las umbrías de la caverna platónica.

Se puede alegar que esta representación es una caricatura. Pero si analizamos la historia de nuestra disciplina hay una continuada tentación al dualismo y a la causación interna, desencarnada y alejada de las condiciones de vida de los individuos. Ello ha sido una constante en corrientes como el psicoanálisis, y motivó desde sus orígenes agrias polémicas entre los seguidores de modelos más ortodoxos, como el mismo Freud, y aquellos autores que señalaron la relevancia de las condiciones sociales de vida como Adler, Reich o ya en los años 60, los

autores de la Escuela de Frankfurt, el análisis institucional y el estructuralismo, que son considerados más filósofos o antropólogos, pero que jugaron un papel muy importante en el desarrollo de un pensamiento crítico con el modelo psiquiátrico dominante y sirvió de articulación de un discurso alternativo que daría lugar a los diferentes procesos de reforma psiquiátrica.

En los modelos de terapias cognitivas el panorama es igualmente pobre. Es significativo el olvido en la corriente principal de éstas de las variables sociales, vinculadas a las condiciones de vida, en las conductas, sentimientos y afectos de los individuos, desarrollando un corpus de técnicas y paradigmas explicativos en las que sencillamente no aparecen y que en muchos casos mimetiza en determinados textos el modelo médico. Sólo corrientes muy específicas, como la psicología soviética que hizo de este tema uno de sus objetos principales de estudio, que ha tenido más resonancia en las áreas educativas y culturales que en la clínica, y aquellas orientaciones más centradas en el concepto de estrés (10) o autoeficacia y aprendizaje social (11,12) que sí han previsto en sus modelos explicativos de la conducta humana la inclusión de estos determinantes.

Pero resulta aún más sorprendente este olvido de la cuestión en muchos de los textos que tratan de las terapias de conducta llamadas de tercera generación. Olvido que es llamativo por la propia raíz teórica del modelo, por la consideración ontológica de los fenómenos psíquicos, basada en los marcos de contingencias de las conductas, que entre humanos tienen carácter social y son mediados simbólicamente y lingüísticamente como señala Hayes (13). Esta concepción que explica los sentimientos y conductas por variables meramente intrapsíquicas es muy marcada en los textos de la técnica de mindfulness (14), y sobre todo en aquellos textos destinados a la divulgación entre el público general, en los que es difícil discernir lo que es psicología de lo que es filosofía o espiritualidad (15).

Echamos de menos por su ausencia en la mayor parte de los manuales de nuestra disciplina, la referencia a cualquier análisis de las condiciones de vida de las personas, de la valoración de su entorno, red social y de la calidad de sus interacciones (temas de los que sí se ocupan los textos de psicología social, de sociología y de antropología). De la lectura de estos textos se destila la proposición de un nuevo traje del ya conocido dualismo. En el que se sustituye el término ya caduco de mente por el más aceptable de consciencia. Entidad en la que ocurren todos los elementos explicativos de la vida psíquica y del sufrimiento humano. Expresado éste de modo reduccionista como la incapacidad de afrontamiento a la emoción desagradable, de no

aceptación de unas experiencias, que son reducidas a su vez a meras cogniciones evaluativas en forma de desagrado, y ante las que se propone como solución la aceptación de las mismas. Todo ello nos recuerda a aquellos que tenemos medio siglo de edad, las recomendaciones religiosas de la resignación. No existe mención, ni de pasada, de la relación entre la vida y la construcción de la consciencia, con las condiciones sociales en las que esta nace, se desarrolla y acaece, como ya han señalado Vygostki (16), Luria (17,18) y Wertsch(19). Tampoco existe la mención a la acción de cambio de las condiciones de vida como mecanismo y recurso de afrontamiento y salud psíquica, del valor que puede tener el malestar y la angustia como señal de “algo que va mal”.

Esta continua tentación hacía el solipsismo, consideramos, constituye una de las grandes fallas teóricas y epistemológicas en el que recae de modo reiterado nuestra disciplina a pesar de existir una amplia tradición filosófica y cultural y un importante corpus científico en otro sentido.

Ya Aristóteles en la *Política* y en la *Ética a Nicómaco* (20, 21) señaló, recordando a autores helénicos previos, la condición necesariamente social de los hombres. Recogía el concepto de polis, cuya traducción más exacta es comunidad, en el que la vida pública, la participación plena en la misma, y la igualdad frente a la ley y la libertad de palabra eran condiciones previas indispensables para una vida digna; vinculando el concepto de felicidad con ella. En el mundo griego la consideración de las condiciones sociales sobre la conducta y los afectos fue un tema constate de debate y de acción; en Atenas las constituciones de Clístenes y Solón insistieron de modo notable en ello. (22, 23).

La consideración de la centralidad de la relación entre la persona y la comunidad, la importancia otorgada a las condiciones de vida en el sentir y sufrir de las personas, la relevancia de los sentimientos de justicia y piedad, resuenan como un elemento central en el pensamiento judío. Los profetas de Israel claman de modo continuado contra la injusticia, vindican a los débiles, y exigen la reparación de los agravios. Reiteran el valor de la comunidad como marco de pertenencia y de acción. Esta línea de pensamiento continúa con la tradición de los fariseos y de modo más radical en los esenios. De ese contexto nace el cristianismo primitivo (8,24).

Estas coincidencias históricas de los dos pueblos que más han influido en la construcción de la identidad y cultura a la que pertenecemos no son consecuencia de un mero azar, sino que reflejan la realidad más profunda de la condición humana como naturaleza. Como nos recuerda

De Waal (25), la pertenencia a un grupo social que mantiene una estructura estable y unas reglas de cooperación es el elemento central de la evolución de nuestra especie. Éste es el mecanismo de adaptación darwiniano que hemos adoptado. Somos humanos en tanto y en cuanto que somos seres sociales, y vivimos en grupo con una estructura definida y unas reglas. Este hecho ha sido el que ha determinado nuestra evolución biológica y psicológica, sobre el que se ha creado el psiquismo humano. Entidad que no deja de ser derivada de los procesos lingüísticos y simbólicos necesarios para la interacción social y el establecimiento de acciones coordinadas en un grupo. Este proceso ha modelado de forma radical nuestras emociones, que están vinculadas de un modo primario al apoyo afectivo de nuestros iguales, a la pertenencia a un grupo, y nuestro estatus dentro del mismo. Ya señalaba Vigostky en *Pensamiento y lenguaje* (16), que la característica radical del pensamiento y el lenguaje propiamente humanos es la confluencia de los modos de representación vinculados a la interiorización de acciones con el lenguaje, que es en origen una herramienta de comunicación social, orientada al desarrollo de vínculos afectivos interpersonales y grupales.

Por ello podemos decir, como señalaba Arendt (26), que los humanos tenemos condición, no naturaleza, ya que nuestra vida está determinada en cuanto humanos por nuestra vivencia en una sociedad. Sociedad que no es atómica, sino definida por una serie de estructuras y reglas, que determinan las formas de relación entre sus miembros, de jerarquía de éstos dentro de un grupo, y de los grupos dentro de un marco social general, así como las creencias y de formas de vida compartidas. Reglas sociales que asimismo configuran las formas de producción de bienes, así como de acceso diferenciado y no aleatorio a los mismos. Hechos todos ellos que no dejan de ser el fruto de representaciones y normas simbólicas, pura convención en definitiva, no leyes de la naturaleza, como determinado discurso nos quiere hacer creer. Convenciones que sin embargo tienen consecuencias muy reales y nada imaginarias o simbólicas en la vida real y cotidiana de los seres humanos, la que nos interesa.

Podemos terminar este apartado recordando que un modelo explicativo que no considera una serie de variables relevantes, y determinantes del comportamiento de un sistema, en nuestro caso las condiciones de vida en sociedad sobre la conducta humana, tiene un estatuto epistemológico muy pobre, con una capacidad de explicación y predicción muy limitada. Siendo necesaria en nuestro caso la consideración de estas variables para poder hablar de un modelo realmente científico de la conducta humana. Esta es la situación de muchos de los modelos teóricos detrás de nuestras técnicas terapéuticas, lo que no implica que no sean útiles y válidas

en circunstancias definidas y bien delimitadas, en las que estas variables son estables. Es uno de los límites que tenemos en nuestra intervención. Cómo podemos trabajar con los sentimientos y conductas que adquieren sentido en una situación social, qué devolución podemos realizar a quienes nos solicitan ayuda, y cómo ésta es una lectura de la realidad que sirva para el afrontamiento, para la autonomía y desarrollo personal. Evitando las mixtificaciones, las lecturas engañosas, que resultan en muchas ocasiones en atribución de la culpa de su situación al propio individuo. Es un límite epistemológico y ético a la vez, lo que nos lleva el siguiente límite:

### Límite político o ideológico

Los trabajos desde la Salud Pública que han relacionado las condiciones sociales en la incidencia de problemas de salud, siguen aportando datos en ese sentido en los diferentes informes de organismos como la OMS o las diferentes administraciones públicas, sin que haya habido ningún trabajo científico que haya refutado o puesto en duda la relación entre estas variables y el estado de salud de las poblaciones. Pero a la vez existe en los medios de comunicación general, y en los foros científicos un progresivo desinterés y olvido deliberado de este tema. Ello coincide con el auge de una ideología neoliberal, que tiene claro un modelo social, en el que la salud, y más aún la salud mental, deja de ser un derecho, y por tanto objeto de una atención y servicio público, para ser un servicio a prestar en un ámbito mercantil con claro ánimo de lucro. Desde este modelo ideológico la consideración de las condiciones sociales de vida sobra y no es pertinente. En nuestro ámbito de trabajo este sesgo ideológico tiene especial relevancia. Por un lado existe una desgraciada historia de creación de estigma hacía conductas y hábitos, y sobre todo, cuando estaban presentes en personas y grupos frágiles socialmente. La creación de diagnósticos ha sido un medio más de control social, y también de beneficio económico de empresas con claros intereses en la salud como negocio, a veces con consecuencias muy trágicas para las personas etiquetadas, y que ha servido como justificación supuestamente científica de situaciones sociales injustas, como nos recuerdan Szasz (27,28) y González Pardo y Pérez Álvarez (29). Ante este límite nos queda el realizar una opción, que ya ha sido aludida previamente, la de una intervención centrada en la propia comunidad, en la salud como un derecho social exigible y atendido desde un sistema público de salud (sin duda la opción más justa y más eficiente social y económicamente). Una opción clara hacía el desarrollo de la autonomía y dignidad de las personas. Este límite político nos lleva a otro límite, el más personal, y más vinculado con los compromisos éticos.

## Límite personal y ético

Este límite nos lleva a lo más íntimo, a las decisiones que hemos de tomar cuando nos encontramos a otra persona enfrente de nosotros, aunque sea en un rol tan específico como el de terapeuta. En este punto de encuentro interpersonal que constituye toda intervención psicológica podemos optar por cosificar la vivencia de quien atendemos, y convertir su sufrimiento en algo tan “objetivo” como un síntoma o una conducta problema. Ello nos permite no sentirnos implicados de ningún modo en lo que nos relata y acontece. Podemos por el contrario valorar esa vivencia como significativa en sí, como un sufrimiento que hemos de entender y comprender, con la suficiente empatía, indagar sobre el mismo con el suficiente respeto a la persona, en qué contexto personal y social ocurre, qué sentido tiene en su biografía, y valorar cómo ese contexto determina su sufrimiento y puede condicionar las alternativas de solución o paliación de ese sufrimiento. Ello nos lleva a varias situaciones complicadas para el profesional:

- La primera ser capaz de lidiar con las propias angustias y sentimientos que genera el encontrar situaciones que no son ajenas a nosotros mismos y a nuestro entorno, que nos hacen conscientes de la fragilidad inherente a toda vida, y a toda vida en sociedad.
- La segunda el reconocer que nuestras intervenciones, son por definición limitadas en sus medios, recursos y tiempo, que hay situaciones que no podemos resolver, y reconocer ello de modo franco y efectivo. Lo que en muchas ocasiones es la mejor forma de ayuda que podemos ofrecer al otro.

Ambos conflictos nos colocan en el difícil equilibrio del compromiso, y la distancia precisa para poder ver desde “otro lugar” y facilitar el descentramiento. Entre un ejercicio de pericia, que se nos exige y por el que se acude a nosotros, y la modestia precisa para saber reconocer de un modo digno los límites de lo que podemos llegar a hacer, todo ello con el fin de intentar ayudar a otros. Éste es nuestro último límite.

## Referencias bibliográficas

- (1) Fundación Alternativas. (2013). I Informe sobre la desigualdad en España. Madrid.
- (2) Baumann, Z. (2010). Mundo consumo: ética del individuo en el mundo global. Ed Paidós. Barcelona, Buenos Aires, México. (Edición original en lengua inglesa 2008).
- (3) Sennet, R. (2000). La corrosión del carácter: las consecuencias personales del trabajo en el nuevo capitalismo. Ed Anagrama. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1988).
- (4) Sennet, R. (2009). El artesano. Ed Anagrama. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 2008).
- (5) Cameron, A. (1998). El mundo mediterráneo en la Antigüedad Tardía 395-600. Ed Crítica. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1995).
- (6) Alvar, J. (2001). Los misterios: religiones “orientales” en el Imperio Romano. Ed Crítica. Barcelona.
- (7) Montserrat Torrens, J. (1989). La sinagoga cristiana: el gran conflicto religioso del siglo I. Muchnik Editores. Barcelona.
- (8) Küng, H. (1997). El cristianismo. Esencia e historia. Ed Trotta. Madrid. (Edición original en lengua alemana 1994).
- (9) Momigliano, A y otros. (1989). El conflicto entre paganismo y cristianismo en el siglo IV. Alianza Editorial. Madrid. (Edición original en lengua inglesa 1963).
- (10) Lazarus, RS y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Ediciones Martínez Roca. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1984).
- (11) Bandura, A. (1982). Teoría del aprendizaje social. Editorial Espasa Calpe. Madrid. (Edición original en lengua inglesa 1976).
- (12) Bandura, A. (1987). Pensamiento y acción: fundamentos sociales. Ediciones Martínez Roca. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1986).
- (13) Hayes, SC. (1989). Rule-governed behavior: cognition, contingencies and instructional control. Plenum Press. New York & London.
- (14) Didonna, F. (2011). Manual clínico de mindfulness. Ed Desclée de Brouwer. Bilbao. (Edición original en lengua inglesa 2009).

- (15) Simón, V. (2011). Aprender a practicar mindfulness. Sello editorial. Barcelona.
- (16) Vygostki, LS. (1993). Obras Escogidas vol II, que incluye Pensamiento y Lenguaje. Ed Aprendizaje Visor. Madrid. (Edición original en lengua rusa de Pensamiento y Lenguaje de 1934).
- (17) Luria, AR. (1980). Los procesos cognitivos: análisis socio-histórico. Ed Fontanella. Barcelona. (Edición en lengua rusa de 1974).
- (18) Luria, AR. (1984). Consciencia y lenguaje. Ed Aprendizaje Visor. Madrid. (Edición en lengua rusa de 1979).
- (19) Wertsch, JV. (1998). Vygostky y la formación social de la mente. Ed Paidós. Barcelona, Buenos Aires, México. (Edición original en lengua inglesa 1985).
- (20) Aristóteles. (1986). Política. Madrid: Alianza Editorial.
- (21) Aristóteles. (1986). Ética a Nicómaco. Madrid: Alianza Editorial.
- (22) Domínguez Monedero, AI. (2001). Solón de Atenas. Ed Crítica. Barcelona.
- (23) De Romilly, J. (2010). Los grandes sofistas de la Atenas de Pericles. Editorial Gredos. Madrid. (Edición original en lengua francesa 1988).
- (24) Küng, H. (1993). El judaísmo. Pasado presente y futuro. Ed Trotta. Madrid. (Edición original en lengua alemana 1991).
- (25) De Waal, F. (2007). Primates y filósofos: la evolución moral del simio al hombre. Ed Paidós. Barcelona, Buenos Aires, México. (Edición original en lengua inglesa 2006).
- (26) Arendt, H. (2008). La condición humana. Ed Paidós. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1958).
- (27) Szasz, T. (1982). El mito de la enfermedad mental. Amorrortu editores. Buenos Aires. (Edición original en lengua inglesa 1961).
- (28) Szasz, T. (1981). La fabricación de la locura. Editorial Kairós. Barcelona. (Edición original en lengua inglesa 1970).
- (29) González Pardo, H y Pérez Álvarez, M. (2007). La invención de los trastornos mentales. Alianza Editorial. Madrid.