

La psicoterapia cognitiva posracionalista: un modelo de intervención centrado en el proceso de construcción de la identidad

Postrationalist cognitive psychotherapy: a model of intervention
centered in the construction process of identity

*Alejandro León Uribe**

*Diego Tamayo Lopera***

Recibido octubre 27 de 2011, aprobado noviembre 29 de 2011

Resumen

La Psicoterapia Cognitiva Posracionalista (Guidano, 1994) consiste en un modelo de intervención clínica psicológica que se adscribe al gran marco de las psicoterapias de orientación cognitivistas de surgimiento en la segunda mitad del siglo XX y también a la revolución del constructivismo que surgió en su seno en los años 80' del mismo siglo. Esta escuela de psicoterapia posee un marco teórico y una metodología propias, las cuales le otorgan una particular identidad que es necesaria explicar y delimitar para evitar equívocos conceptuales con otros modelos afines, en cuanto constructivistas.

Palabras clave: psicoterapia, modelo posracionalista, constructivismo, identidad.

Abstract

Postrationalist Cognitive Psychotherapy (Guidano, 1994) is a psychological model of clinical intervention that is ascribed to the larger framework of the psychotherapies of cognitivists orientation that emerged in the second half of the twentieth century and also the revolution of constructivism that emerged within it in the 80's of the same century. This school of psychotherapy has a theoretical framework and a methodology of its own, which gives a particular identity that is needed to explain and define to avoid conceptual misunderstandings with other related models, as constructivists.

Keywords: psychotherapy, model post-rationalist, constructivism, identity.

* Psicólogo. Terapeuta cognitivo posracional. Maestrando en psicología, Universidad de Buenos Aires: alejo.leon@gmail.com

** Psicólogo. Especialista en terapia cognitiva. Magíster en neuropsicología, Universidad de San Buenaventura: pditalo@yahoo.com

Desde el surgimiento del cognitivismo en psicoterapia, múltiples escuelas y modalidades de intervención se han desarrollado. Este comienza como reacción al paradigma conductista con la terapia cognitivo-conductual de Aaron T. Beck en 1979, la terapia racional emotiva de Albert Ellis desde 1962, hasta una nueva reacción dentro del mismo cognitivismo en psicoterapia, el cual fue llamado constructivismo, que a pesar de contar con antecedentes desde 1955 con George Kelly, los principales desarrollos se dieron desde la década de los 80 con los aportes de la terapia constructivista de Michael Mahoney, la terapia cognitivo-narrativa de Oscar Gonçalves, entre otros (Caro, 1997). Dentro de esta familia de terapias se encuentra la psicoterapia cognitiva posracionalista, desarrollada por Vittorio Guidano. Esta escuela de psicoterapia posee un marco teórico y una metodología propias, las cuales le otorgan una particular identidad que es necesario explicar y delimitar para evitar equívocos conceptuales con los demás modelos afines, en cuanto a constructivistas se refiere.

La evolución del pensamiento de Vittorio Guidano tiene sus comienzos en la psicoterapia cognitivo-conductual. Sin embargo, la historia del posracionalismo en terapia cognitiva comienza con el trabajo de Guidano con Giovanni Liotti, quienes en 1983 publican el libro *Cognitive Processes and Emotional Disorders* (Guidano y Liotti, 1983). Aunque ya en obras previas se contaba con el concepto de “organización cognitivo comportamental” (Guidano y Reda, 1981, cit. Moltedo, 2008), es en su trabajo con Liotti en el que se comienza a resaltar la influencia de la epistemología constructivista, la teoría del desarrollo cognitivo de Piaget y –tal vez, lo más importante– la teoría del apego de John Bowlby, la cual le permitió darle a las emociones una impronta fundamental en el desarrollo de la identidad personal, ya que éstas en la primera infancia, junto con algunos rasgos innatos como el temperamento, preceden a la emergencia del lenguaje, permitiéndole al sujeto identificar en sí mismo, desde la infancia, aquellas emociones que le caracterizan a partir de la calidad afectiva de sus vínculos de apego. De

este modo, para Guidano, priman las emociones sobre la cognición, lo cual constituye una marcada diferencia con el cognitivismo precedente (Molledo, 2008). Guidano y Liotti, además, tomaron como punto de partida una visión evolucionista del conocimiento, basándose en las premisas epistemológicas de Popper, en la epistemología evolutiva de Campbell y Lorenz, y en la teoría motora de la mente desarrollada por Weimer (Molledo, 2008), para concebir al conocimiento como el producto de un sistema de construcción activa de la mente, negando el origen sensorial del conocimiento, así como la pasividad del organismo que conoce.

Finalmente, Guidano y Liotti tomaron rumbos separados, Guidano interesándose más por temas epistemológicos y su teoría de la identidad; Liotti por la incidencia de la teoría del apego en la relación terapéutica y en el tratamiento de trastornos disociativos (Guidano y Liotti, 1983).

La terapia cognitiva posracionalista propiamente dicha, comienza con la publicación de las dos obras más importantes de Guidano: *Complexity of the Self* (la complejidad del sí-mismo) en 1987 y *The Self in Process* (el sí-mismo en proceso) en 1991. Con el término “post-racionalismo”, Guidano buscaba distinguir su concepción de los modelos clínicos de la psicoterapia cognitiva, fundados en la filosofía empirista y en el primado de la racionalidad, basados en una visión del conocimiento como representación correspondiente al mundo externo y real. Mientras que el post-racionalismo, en tanto constructivista, se basa en una idea del conocimiento como construcción de un ordenamiento tácito, donde los aspectos subjetivos de elaboración de la información asumen un rol fundamental.

En su evolución, Guidano pasó de una visión sistémico procesal, basada en la teoría general de sistemas de Von Bertalanffy y la cibernética de primer orden de Wiener y segundo orden de Von Foerster, a una óptica que él ha definido como “post-racionalista”, en la cual introdujo, como líneas centrales, desarrollar sus ideas clínicas, los conceptos de autopoiesis de Maturana y Varela, la concepción de apertura y cierre

de un sistema vivo de Morin, la distinción entre orden físico y orden fenoménico de Von Hayek, y los estudios sobre los procesos irreversibles y del orden a través de las fluctuaciones de Prigogine (Molledo, 2008).

Guidano recurrió al pragmatismo norteamericano de Mead y James para explicar “la tensión intrínseca de la dinámica de la mismidad, es decir, un ‘Yo’ que experimenta y un ‘Mí’ que continuamente reordena y explica a posteriori” (Oneto y Molledo, 2002, p. 88), conceptos que serán tratados específicamente más adelante en el presente artículo. Todo significado personal es, entonces, “el orden experiencial sobre el cual se percibe la continuidad y la coherencia del propio Sí” (Arciero, 2005, cit. Molledo, 2008, p. 78). Sin embargo, paulatinamente se empezó a alejar de la noción de los procesos del *self* centrados en dicha circularidad al introducir la noción de “comprensión”, entendida como un proceso interpretativo del vivir, a partir de lo cual, se empezó a apreciar un claro interés en el tema narrativo y hermenéutico de Ricoeur (Molledo, 2008).

Guidano realiza un punto de quiebre en la noción de conocimiento con respecto a la tradición cognitivista del procesamiento de la información, la cual lo considera desde una perspectiva racionalista-empirista como una representación mental objetiva de la realidad externa a la mente humana, asumiendo implícitamente que el significado está dado externamente, previo al procesamiento mental de la información. Según esta perspectiva, la mente puede hacer un procesamiento de la información erróneo o sesgado, hecho que conlleva a representaciones distorsionadas de la realidad. Aquí, el ser humano asume el papel de observador privilegiado del mundo; los errores que presenta esa observación darían lugar a creencias y actitudes inadaptadas de la realidad, subyacentes a los síntomas comunes en la psicopatología (Balbi, 1994; Caro, 1997; Guidano, 2001).

Esta noción de conocimiento cambia posteriormente en el seno del constructivismo. Dentro de este nuevo enfoque el conocimiento es propiedad única a los organismos vivos (Searle, 1989) que, además,

como lo es la mente, son sistemas auto-organizados que constantemente buscan la coherencia interna. El ser humano, como organismo auto-organizado, estructuralmente determinado, construye de manera activa el conocimiento y, a diferencia de los ordenadores, el conocimiento para éste es significado (Ruiz, 1996) y es también autorreferencial. En otras palabras, el conocimiento que construye un sujeto en particular provee mayor información sobre el orden sensorial y las características inherentes del organismo que del propio objeto del conocimiento. Dada la autorreferencialidad del conocimiento humano, resulta imposible entonces considerar el contacto del ser humano con la realidad bajo los principios del racionalismo; el organismo humano es, en un primer momento, constructor activo de su propio conocimiento a partir de la experiencia y, posteriormente, integrador de información por medio de axiomas lógicos (Balbi, 1994).

Si se asumen las bases epistemológicas recién expuestas y se considera el conocimiento como determinado por el organismo que lo manifiesta, entonces la pregunta que se debe plantear es ¿qué tipo de organismo es el ser humano? Pregunta que es abordada por la *epistemología evolutiva*; la psicoterapia cognitiva posracionalista parte de un concepto antropológico del ser humano como primate, y como tal, un ser con capacidad emocional, la cual le permite tener un primer nivel de organización de la realidad constituido por la experiencia global, holística e inmediata que surge a partir del encuentro con la realidad; realidad de base emocional (Balbi, 1994; Ruiz, 1996). Desde el comienzo de su desarrollo ontogenético, el ser humano nace en una realidad predominantemente afectiva, en la cual el vínculo es crítico como facilitador del desarrollo de un sentido estable y continuo de sí mismo (Guidano, 1994).

Según lo anterior, la realidad que viven los seres humanos es de carácter intersubjetiva, en la cual se destaca la naturaleza social de la especie y la capacidad del infante de reconocerse a sí mismo a partir de las interacciones que tienen los otros significativos con él (Guidano y Liotti,

1983); interacciones en las que, nuevamente, predomina su naturaleza afectiva. Para conceptualizar el tema de la interacción afectiva, Guidano recurrió a la teoría del apego de John Bowlby (1988), la cual describe el apego como aquellos comportamientos de los seres humanos que están encaminados a buscar proximidad con otros sujetos que constituyen figuras significativas. Esta característica esencial del primate humano tiene como función evolutiva la protección del infante de peligros para su supervivencia. Sin embargo, dado que el humano es un animal altamente complejo en el ámbito social y poseedor de habilidades intersubjetivas y mentalistas, la supervivencia y la adaptación de este recae sobre la construcción de una identidad que le permita tener una posición viable dentro de un grupo humano.

La teoría del apego como marco integrador del desarrollo psicoafectivo humano le posibilita a la teoría posracionalista entender cómo la calidad afectiva de los vínculos en la infancia contribuye al desarrollo de la identidad del individuo. Mary Ainsworth (cit. Bretherton, 1992) le aportó a Bowlby la diferenciación de tres patrones básicos de apego dentro de los cuales se pueden clasificar a la mayoría de los infantes humanos: el apego seguro (llamado posteriormente de Tipo B), descrito como aquel que el infante organiza a partir de unos cuidadores capaces de calmar sus estados emocionales negativos y que constituyen una base confiable a partir de la cual explorar el entorno; el apego ambivalente (o Tipo C, coercitivo), que caracteriza a los niños que perciben el estilo de crianza de sus padres como impredecible, recurriendo a la exageración de sus estados afectivos negativos para coaccionar la respuesta de sus cuidador; y el apego evitante (o de Tipo A), el cual se organiza en el infante a partir de experiencias tempranas de pérdida y rechazo, ante las cuales el niño inhibe la expresión afectiva para evitar futuros rechazos. Patricia Crittenden (1995/2002) a su vez, continuando el trabajo de Ainsworth, dividió cada patrón de apego (i.e. los tipos A, B y C) en múltiples subtipos que pueden consolidarse en diferentes etapas del desarrollo y en función de mayor o menor

patología. Guidano retoma los patrones de apego y sus correspondientes subtipos para comprender los estilos afectivos propios de las diferentes configuraciones de personalidad que él propuso.

Además de los procesos de apego, se suma la capacidad estudiada en los grandes primates –incluido el *homo sapiens*– de discriminar los estados (emocionales y cognitivos) propios del organismo y los de los otros miembros de su grupo, llamada *mentalismo* (Rivière, Sarriá y Núñez, 1994). Esta capacidad aparece en la evolución de los primates socialmente complejos y les permite manifestar estados intencionales diferentes para ocultar sus estados reales, facilitando la supervivencia del individuo en la sociedad. La especie humana posee una organización social de mayor complejidad y las capacidades mentalistas propician en esta su desarrollo cognitivo-afectivo y, por ende, el desarrollo de su identidad personal (Balbi, 1998).

Para Guidano, la identidad personal, también llamada el sí-mismo, constituyó el centro de su pensamiento clínico; para él, dado que el conocimiento es autorreferencial, la experiencia entonces es tal en cuanto tiene un significado personal para quien la vive; el sí-mismo, para Vittorio Guidano (1994), es un sistema cognitivo-afectivo complejo de evaluación y reevaluación de la experiencia como fenómeno aperceptivo holístico, en función de una imagen consciente de sí que asimila mediante el lenguaje esta experiencia de acuerdo a sus límites y características. Retomando las obras de William James y George Mead (cit. Balbi, 2004), Guidano (1994) distinguió estos dos niveles de la experiencia llamando “Yo” al nivel de la experiencia inmediata y “Mí” la imagen consciente que procesa dicha experiencia a través del lenguaje. El nivel de la experiencia inmediata (“Yo”), le permite al ser humano percibir más de lo que experimenta y experimentar más que aquello a lo que atiende conscientemente (Guidano, 1987); el nivel de la explicación, a partir del lenguaje ordena el contenido informativo de la experiencia en secuencias con un inicio, un desarrollo y un final, a este contenido estructurado en escenas se le llama la *estructura narrativa*

de la experiencia humana; toda experiencia humana presenta un orden cronológico, temático y causal (Guidano, 1994). Sin embargo, la experiencia inmediata en curso es codificada y ordenada en función de una imagen de sí, la cual se ve naturalmente obligada a dejar en un nivel tácito elementos de la experiencia mediante el *autoengaño* (Guidano, 2001). La experiencia inmediata es pre-reflexiva, mediante un proceso reflexivo y lingüístico se organiza como una historia, la historia propia; por ello la construcción de la identidad personal es un proceso de interpretación, apropiación y reconfiguración de la experiencia pre-reflexiva (Arciero, 2009).

Este sistema de doble proceso es llamado *mismidad* y se desarrolla desde el momento del nacimiento del sujeto a partir de la calidad de los vínculos significativos que éste forma con sus cuidadores, los cuales le proveen al sujeto unas características emotivas propias; en otras palabras, los vínculos afectivos tempranos proveen al sujeto con unos límites emocionales idiosincrásicos, los cuales gracias al desarrollo cognitivo se consolidan dentro una autoimagen que es separada de los otros y permanece consistente en el tiempo a través de las diferentes etapas de la vida, que a menudo pueden resultar discrepantes y contrarias a tal autoimagen (Guidano, 1987, 1994).

Cada persona posee una identidad completamente única. Sin embargo, las diferentes emociones que pueden experimentar los humanos y los tipos de vínculos de apego que se pueden formar son limitados y característicos de la especie y por ello se pueden destacar unos pocos tipos de identidades en función del modo en el que esta se auto-organiza. Guidano (1987) a estos tipos de personalidad les llamó Organizaciones de Significado Personal (OSP), las cuales:

... se refieren a la organización de los procesos de conocimiento personal que emerge gradualmente en el curso del desarrollo individual. Cada individuo, aunque vive en una realidad social 'objetivamente' compartida, construye activamente en un nivel superior de experiencia perceptual su visión propia, única desde su interior. Las características definitorias más importantes de las OSP son su evolución temporal

y plasticidad, en particular, su habilidad para sobrellevar cambios durante la vida (algunas veces de naturaleza bastante radical) y aún continuar manteniendo un sentido estable de unicidad y continuidad histórica¹ (p. 92).

Hasta el momento de su fallecimiento, Guidano planteó la existencia de cuatro OSPs. Para él, estas constituyen un instrumento teórico de utilidad para el psicoterapeuta y explican tanto el funcionamiento normal como el patológico de las personas. Por lo tanto, constituye una nosografía explicativa, más que una descriptiva como son los manuales diagnósticos comúnmente utilizados por profesionales de la salud mental como el DSM-IV y el CIE-10, las cuales conceptualizan dentro de categorías los rasgos y manifestaciones características de un trastorno mental. Esta teoría le permite al clínico explicar la etiología de las clasificaciones diagnósticas de los manuales de psicopatología; así, se entiende el inicio del cuadro psicopatológico como una manifestación propia de la organización del individuo y explicable a través de la historia del desarrollo psico-afectivo del individuo, el cual es narrado por el paciente en la forma de un relato (Guidano, 1991; Balbi, 1994). Las características principales de cada organización son las siguientes:

OSP Depresiva

Las personas consideradas con OSP depresiva se caracterizan por tener una autoimagen consciente generalmente negativa, que constantemente se anticipa a la pérdida (de vínculos y relaciones interpersonales) y por organizar su experiencia en torno a un sentido de autosuficiencia afectiva. Durante su desarrollo estas personas presentan tempranamente un patrón de apego de tipo evitante (Crittenden, 1995/2002), el cual se establece frente a la pérdida de uno de los progenitores o cuidadores primarios durante la infancia o la actitud de rechazo y desatención por parte de estos. A partir de estas experiencias tempranas de pérdida

¹ La traducción es personal.

y rechazo, las emociones que caracterizarán principalmente a estas personas serán aquellas propias de las reacciones de duelo de los seres humanos: la desesperanza y la rabia (Guidano, 1987, 1991).

OSP fóbica

Los sujetos fóbicos en contraposición a los depresivos, poseen una autoimagen positiva, la cual se ha desarrollado en el seno de unos cuidados infantiles frente a los que el niño ha percibido que es valioso y amable. Sin embargo, el estilo de crianza de sus cuidadores se ha caracterizado por una restricción indirecta de la conducta exploratoria natural del niño, desde la cual el individuo se desarrolla con una percepción del mundo como peligroso, necesitando del cuidado de otros para su protección (Guidano, 2001; Balbi, 1994). Su experiencia inmediata se construye a partir de una tensión entre la necesidad de protección frente a un mundo peligroso y la antitética necesidad de autonomía y libertad; también entendible como una tensión entre la curiosidad exploratoria y el miedo frente al peligro. Estos individuos presentan un patrón de apego de tipo ambivalente (Bowlby, 1988) y debido a la primacía que las personas con este tipo de apego le dan a la información emocional y su menor capacidad de codificar de forma cognitiva sus emociones, estas son experimentadas predominantemente a nivel fisiológico, por lo que son personas que organizan su identidad en torno a un sentido de autocontrol emocional (Guidano, 1987, 1991).

OSP obsesiva

Las personas con una organización obsesiva se caracterizan por ser individuos cuyo dominio emocional descansa sobre un sentido ambivalente y dicotómico de sí mismo. Este sentido se desarrolla a partir de polaridades opuestas de significado “todo o nada” en la experiencia en curso (Nardi, Arimatea, Giovagnoli *et al.*, 2011), recurren a sistemas de reglas externas para estructurar su experiencia en términos predominantemente cognitivos; que organizan su realidad desde sus propias reglas de pensamiento lógico-racional, son

individuos que se hallan en una constante búsqueda de certeza, y que evitan siempre la duda (Guidano, 2001; Balbi, 1994). El desarrollo de estos sujetos se caracteriza por un estilo de crianza, considerado de patrón de apego mixto (evitante y coercitivo) (Crittenden 1995/2002), en el que el niño frente a la conducta de su cuidador puede hacer una valoración de sí mismo tanto positiva como negativa, puesto que son cuidadores en los que predominan las interacciones verbales sobre el contacto afectivo y la adhesión a sistemas de reglas externas (morales, religiosas, etc.) (Guidano, 1987, 1991), el infante a su vez recurre al contexto externo para decodificar su propia experiencia de acuerdo a preceptos, reglas, criterios sobre lo que es correcto o incorrecto, bueno o malo, útil o inútil (Nardi *et al*).

OSP dápica

Esta organización toma su nombre a partir de las siglas del término *Desórdenes Alimentarios Psicógenos*. La característica principal de los sujetos con organización dápica es un sentido de sí mismos vacilante y ambiguo, el cual depende de ser definido a partir de los demás, particularmente de figuras significativas, apegándose a valores sociales convencionales de manera perfeccionista, las cuales le permiten cumplir con las expectativas de los otros y obtener su aprobación (Guidano, 1991). Las experiencias de crianza de estos individuos se caracteriza por cuidados e interacciones que al niño le resultan generalmente ambiguas y contradictorias; son entornos familiares que priorizan las apariencias a los demás sobre la aceptación afectiva del infante (Balbi, 1994), conllevando a que el niño recurra a la información del contexto externo, que le permita decodificar su experiencia interna en curso en términos de aprobación/desaprobación, acuerdo/desacuerdo o éxito/fracaso (Nardi *et al*, 2011).

Debe tenerse en cuenta que la teoría de las OSP no se desarrolló con el objetivo de explicar simplemente la conducta psicopatológica de las personas. Estas constituyen llaves explicativas de utilidad exclusiva para que el terapeuta pueda dar cuenta del modo en el que se organiza y

reorganiza la experiencia y la manera en que el sujeto le da significado. Por lo tanto, esta teoría permite explicar tanto el desarrollo normal como el patológico (Oneto y Moltedo, 2002).

Guidano (1991) se basó en la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget, la cual recorre la evolución del conocimiento de su modo más concreto hacia el surgimiento del pensamiento abstracto, para explicar el continuum del procesamiento de lo normal a lo patológico. Del mismo modo, la OSP puede procesar su significado personal de un modo abstracto y flexible, estado que caracterizaría la salud; o de un modo concreto y estereotipado, propio de los estados psicopatológicos de la neurosis y de la psicosis. Guidano ubica a la OSP dentro de un continuo que va de la normalidad, en su extremo más flexible y abstracto, pasando por la neurosis a medida que el pensamiento se hace más concreto y finalmente llegando a la psicosis, el estado de mayor concreción de la OSP. En otras palabras, cada organización de significado personal puede tener manifestaciones tanto sanas como neuróticas o psicóticas propias (Balbi, 1994).

Poco antes de su inesperada muerte, Guidano continuaba desarrollando su modelo. A finales de los años 90 comienza a realizar un encuadramiento más abstracto del concepto de OSP. Para ello retoma un concepto presente en la literatura de Witkin (cit. Arciero, 2000; Mannino, 2008), el de *dependencia/independencia del campo* para diferenciar dos estilos cognitivos. El primero (*dependiente del campo*), con mayores características interpersonales, focaliza su atención hacia una búsqueda de proximidad emocional y física con los otros; el segundo (*independiente del campo*), con una orientación más impersonal buscan la distancia física y emocional de los otros (Arciero, 2000, 2003). Además, comenzó a desarrollar otro concepto propio que permaneció inédito al momento de su muerte, el del enfoque *inward/outward* (Mannino, 2008), en el que *inward* se refiere a aquellos individuos que construyen su identidad centrándose sobre su propia interioridad, al mantener un sentido de continuidad de sí, así como

intentan de manera constante modificar el medio externo para que corresponda con sus activaciones internas; asimismo, suelen enfocarse más sobre emociones básicas (miedo, ira, sorpresa, alegría, etc.) (Nardi, 2006; Nardi y Moltedo, 2008). Por otra parte, los individuos *outward* son aquellos que construyen su identidad en sintonía con un referente externo, al cambiar las condiciones de su interioridad para que corresponda con el contexto externo; se caracterizan más por experimentar emociones mediadas por la cognición, también llamadas emociones secundarias (vergüenza, orgullo, compasión, etc).

El propósito de la añadidura de estos dos ejes a la teoría de las OSPs es facilitar su aplicación tanto teórica como clínica al permitir ubicar las cuatro OSP sobre un plano bidimensional que comprenda estos dos ejes bipolares (i.e. los continuos de las polaridades *inward/outward* e *independencia/dependencia del campo*); de este modo se replantea la organización depresiva como ubicada entre las polaridades *inward* e *independiente del campo*, la organización fóbica en la polaridades *inward* y *dependiente del campo*, la organización dápica en las polaridades *outward* y *dependiente del campo* y la organización obsesiva en las polaridades *outward* e *independiente del campo*. Como referente teórico permite la proliferación de investigaciones empíricas que sustenten el concepto teórico de la OSP, ya que ambos conceptos no sólo dan a entender diferencias psicológicas, sino también neurológicas, siendo este último aporte el que, probablemente, ha posibilitado más la apertura del modelo posracionalista a la investigación empírica en el ámbito de las neurociencias (Bertolino *et al*, 2005; Mazzola *et al*, 2010; Picardi y Mannino, 2001; Rubino *et al*, 2007). Desde una perspectiva clínica, el diagnóstico de la OSP le permite al clínico guiar la relación terapéutica y diseñar estrategias de intervención (Nardi y Moltedo, 2008).

A pesar de la pérdida de quien originó el modelo cognitivo posracionalista, varios autores se han encargado durante los últimos años de evitar el estancamiento teórico e investigativo del modelo.

Tal vez quien más se ha encargado de continuar haciendo adelantos y modificaciones al modelo ha sido el actual presidente del IPRA (Istituto di Psicologia e Psicoterapia Cognitiva Post-Razionalista, Roma, Italia), Giampiero Arciero, quien en 1997 fundó con Guidano y Maurizio Dodet dicho instituto (Moltedo, 2008). El enfoque de Arciero se caracteriza principalmente por la explícita impronta que le ha dado al modelo posracionalista la fenomenología hermenéutica, al retomar de forma extensa a filósofos como Husserl, Heidegger y en particular al francés Paul Ricoeur, desde dicho enfoque modifica profundamente aspectos como el lenguaje propio del modelo, así como el concepto de identidad personal, al tiempo que también le ha dado utilidad a los conceptos de las polaridades *inward/outward* para conceptualizar sus *estilos de personalidad*, término que ha privilegiado por sobre el de *organización de significado personal* (Arciero, 2006; Arciero & Bondolfi, 2009).

Arciero considera que en las ciencias naturales en las que se ha basado el posracionalismo de Guidano permanece el problema de estudiar la subjetividad, que ha sido reducida a condición de objeto, cuando concibe al sujeto como un sistema complejo auto-organizado (Arciero, 2009), para ser estudiado por un terapeuta quien asume una posición en tercera persona frente a éste. Como alternativa a este problema, Arciero (2006) sugiere asumir la solución que propone la fenomenología como forma de retornar a la conciencia; la fenomenología es la ciencia de la subjetividad que permite reflejar la estructura de la experiencia y su multiformidad para acceder al significado de la experiencia individual de cada sujeto. El método para acceder a la subjetividad, entendida como conciencia intencional dirigida hacia lo otro, es la reducción fenomenológica, que consiste en una operación reflexiva mediante la cual se pone entre paréntesis la experiencia empírica individual que el sujeto tiene con el mundo, de modo que en lugar de esa experiencia, se torna visible y presente a la conciencia el sentido individual.

Este sentido individual de sí-mismo se experimenta como un sentido de permanencia de sí en el continuo fluir del propio acontecer, al cual

Arciero llama *mismidad* (retomado del término en inglés *sameness* de Ricoeur). Sin embargo, al tiempo se posee un sentido de constancia de sí, “el ‘quién’ que permanece presente en sí mismo ante la multiplicidad de situaciones” (Arciero, 2003, p. 51) llamado por este autor *ipseidad*, la mediación de estas dos polaridades construye la identidad narrativa, el relato de sí mismo u ordenamiento de las propias experiencias dentro de un relato coherente. En la objetivación de la experiencia personal mediante el relato lingüístico se reconocen dos aspectos: 1) el acto de significar, se refiere a la acción y al sentimiento en primera persona y 2) el sentido desligado de la referencia a la experiencia de quien habla el cual se objetiva y se evalúa desde la perspectiva de la tercera persona (Arciero, 2006).

Arciero hace entonces una relectura de las OSPs de Guidano a partir de los aportes de la fenomenología hermenéutica y su nueva visión de los procesos de la identidad (i.e. la *mismidad* y la *ipseidad*), propone llamarlas estilos de personalidad con tendencia a diferentes grupos de trastornos que recuerdan la nomenclatura de Guidano (trastornos del estado de ánimo, de la ansiedad, trastornos de la alimentación) y propone un nuevo estilo de personalidad al que llama *estilo de personalidad con tendencia a la histeria-hipocondría* (Arciero y Bondolfi, 2009). Los cambios que ha introducido este autor también devienen en diferencias metodológicas y técnicas a nivel clínico.

Es de notar también la relevancia de los adelantos que han realizado otros autores, en la Italia natal del posracionalismo, de los cuales se destacan los trabajos de Bernardo Nardi y de Gherardo Mannino. El primero ha desarrollado una nueva conceptualización desde la evolución y la adaptación de las mismas OSPs de Guidano, entendiéndolas como diferentes modalidades en las que los seres humanos utilizan su repertorio biológico para adaptarse a las condiciones interpersonales en las que deben desarrollarse (Nardi, 2006, 2007, 2008; Nardi y Moltedo, 2008). El segundo, desarrolla un nuevo eje bipolar, el de la *diacronía/sincronía* (Mannino, 2008), el cual ubica las OSPs junto con los otros

dos ejes discutidos anteriormente, y construye un plano tridimensional en el que cada OSP está caracterizada por tres polaridades, asimismo, amplía el encuadre que Guidano había comenzado hacia el final de su vida y prescinde de la lectura de Arciero a partir de los conceptos que retomó de Ricoeur. En Argentina, Juan Balbi (2009) promueve sus adelantos sobre elementos tácitos del duelo y la metaconciencia afectiva como el sistema encargado de procesar las experiencias afectivas, en tanto cada OSP tiene un funcionamiento particular a este respecto. En Latinoamérica el modelo ha tenido su mayor difusión en Chile con los trabajos pioneros de Alfredo Ruiz y posteriormente de Augusto Zagmutt y Mateo Ferrer, quienes ahora se adhieren al modelo posracionalista del IPRA, a cargo de Arciero.

Es así como, el modelo del sí-mismo de Guidano está fundamentado en el conocimiento científico de la psicología sobre el desarrollo cognitivo y afectivo y la intersubjetividad, asumir dicho conocimiento implica desarrollar un modelo de terapia en el que tales elementos juegan un papel fundamental, esencialmente en el caso de la relación terapéutica.

La terapia

Toda la fundamentación epistemológica y teórica sobre la que se ha cimentado el posracionalismo, claramente se ha formulado con el objetivo de desarrollar una modalidad de intervención que sea coherente con dicha fundamentación y se diferencie de sus predecesores. La terapia cognitiva clásica, partiendo de una epistemología de corte racionalista, tiene como objetivo terapéutico la reestructuración de los pensamientos distorsionados, los cuales el terapeuta puede volver racionales gracias a sus técnicas (Caro, 1997).

Desde un marco de referencia posracionalista, tal postura se vuelve insostenible en cuanto el conocimiento que cada individuo posee es una construcción autorreferencial y no una copia más o menos distorsionada del exterior (Ruiz, 2001). Más aún, los enfoques clásicos de terapia cognitiva consideran las emociones supeditadas

al pensamiento; las emociones son negativas y sintomáticas si son producidas por pensamientos distorsionados de la realidad (Ellis, 2007). Para el posracionalismo las emociones constituyen una forma primigenia y análoga de organizar la realidad, lo cual ubica al orden emocional en complementariedad con el cognitivo, imposibilitando así la capacidad de cambiar las emociones negativas a partir del cambio en los pensamientos distorsionados; dicho de otro modo, para el posracionalismo sólo las emociones pueden cambiarse a sí mismas en cuanto éstas no son un subproducto de la cognición (Balbi, 1994).

La terapia cognitiva posracionalista tiene como objetivo principal la reestructuración de la OSP, en contraposición a la reestructuración de los pensamientos disfuncionales para la terapia cognitiva. Al reestructurar la OSP esta no cambia, sino que se torna más flexible; se flexibiliza la autoimagen del individuo, permitiéndole explicarse de otro modo su experiencia y flexibiliza también las tonalidades emocionales problemáticas, que se vuelven menos fuertes e incontrolables. Este proceso psicoterapéutico constituye nuevas interpretaciones de la experiencia; experiencia que en el sujeto está estructurada en términos de una narrativa, una historia que el paciente de forma consciente relata en las sesiones terapéuticas (Guidano, 1987, 1991). La estructura narrativa de la experiencia es la historia que el sujeto construye al explicarse el flujo continuo de su experiencia a través de su imagen consciente y en función del lenguaje, esta estructura narrativa está constantemente sometida a un proceso de interpretación (Arciero, 2009).

Durante el proceso psicoterapéutico el paciente trae consigo una problemática formulada en términos narrativos; como se mencionó anteriormente, en la estructura narrativa de la experiencia humana se producen dos experiencias simultáneas de sí mismo: un sí mismo que se cuenta, el narrador, y un sí mismo que se siente, pudiendo ambos ser discrepantes; esta discrepancia lleva al individuo a reorganizar constantemente su experiencia con el fin de integrar aspectos de sí

mismo en búsqueda de una verdad narrativa (Zagmutt, 1998). Para lograr este objetivo, la metodología de la terapia posracionalista es la auto-observación (Balbi, 1994); el terapeuta, desde el comienzo del tratamiento, entrena al paciente para que en las sesiones reconstruya los episodios narrativos de su experiencia problemática, para recrear su sentido subjetivo de sí durante tales episodios. Esta actividad de auto-observación pretende lograr que el paciente amplíe la conciencia que tiene de su propio funcionamiento emocional y cognitivo, y logre articular más los modelos de sí mismo y de la realidad que posee (Guidano, 1987).

Guidano, para hacer más operativa la metodología auto-observacional ideó una técnica terapéutica que llamó "*la moviola*" (Dodet, 1998; Zagmutt, 2004). La cual consiste en dividir la experiencia relatada del paciente en escenas, seleccionando una a la vez, esta escena es enriquecida detalladamente por el paciente, quien asume una perspectiva subjetiva (de primera persona que experimentó la situación) y objetiva (en tercera persona, como un "espectador" de la escena). Esta técnica es utilizada para ayudar al paciente a formular nuevos puntos de vista de la situación que experimentó y gracias a la cual le dio un significado determinado.

Es de vital importancia tener en cuenta que la metodología de la auto-observación sólo se debe aplicar en el marco de una relación terapéutica en la cual el terapeuta se convierte para su paciente en una base segura. En otras palabras, debe constituir para éste alguien que pueda contener las emociones intensas y perturbadoras del paciente sin que se sienta invalidado en la evaluación de su conducta o pensamientos. El terapeuta posracionalista debe convertirse en lo que se llama un *perturbador emocional estratégicamente orientado* (Ruiz, 2007), lo cual implica que debe focalizarse dentro del relato del paciente en aquellos momentos en donde percibe, vía marcadores somáticos y conductuales, la presencia de estados emocionales disfóricos intensos, los cuales son aprovechados por el terapeuta para reconstruir con

la moviola el episodio o escena del relato en el cual apareció dicha indicación. Ser *perturbador emocional estratégicamente orientado* implica que este modelo terapéutico es de alta activación emocional perturbadora para el paciente, activación que el terapeuta –en cuanto base segura para su paciente– debe ser capaz de manejar y contener.

La terapia posracionalista para efectos metodológicos y para hacerse comprensible se divide en tres fases, las cuales de hecho se presentan de una forma más o menos yuxtapuesta. Inicialmente, como en todas las formas de psicoterapia, se parte de la evaluación, el psicodiagnóstico y el establecimiento del *setting* terapéutico y *la reformulación del repertorio actual*. Durante este período, se trabaja sobre el motivo de consulta del paciente, el cual mediante la auto-observación se reformula en cuanto este problema es siempre relacionado con la OSP del paciente y con el modo particular en que el individuo explica su experiencia. A medida que se despliega el trabajo psicoterapéutico, eventualmente se arriba a la naturaleza afectiva del malestar psicológico. Cuando el paciente llega con el terapeuta a reformular en términos afectivos su problemática se da comienzo a la segunda fase de la terapia, de *reconstrucción del estilo afectivo* del paciente, partiendo desde su debut afectivo en la adolescencia hasta su estado actual. Finalmente, tras la segunda fase se comienza la *reconstrucción de la historia evolutiva*, la cual comienza con la misma metodología, partiendo desde el recuerdo más antiguo del paciente hasta la actualidad. Cabe mencionar que esta última fase es opcional, siendo el paciente quien escoge llevar a cabo esta fase o dar término al tratamiento (Guidano, 1991).

El modelo de psicoterapia, tal y como se expuso, ha sido formulado para el tratamiento individual de pacientes adultos. Sin embargo, también se han desarrollado modalidades de terapia para parejas (Guidano y Dodet, 1993). A pesar de llevarse desarrollando el posracionalismo en terapia por más de 20 años, ésta aún es poco difundida y requiere mayor profundización e investigación, tanto clínica como experimental, para darle un mayor sustento empírico a su marco teórico y a nivel

metodológico para desarrollar formas específicas de intervención en niños, familias y grupos.

A modo de conclusión, este modelo de psicoterapia, como se ha descrito, es de reciente desarrollo y requiere ampliar su aplicación a nivel investigativo para validar su fundamento teórico y su utilidad y efectividad clínica. En las últimas décadas este modelo de intervención clínica se ha diseminado desde Italia a varios países, especialmente en Latinoamérica. Actualmente, en Colombia el modelo no se halla organizado institucionalmente, a pesar de que se han realizado investigaciones de tesis sobre el tema y se han organizado cátedras y cursos optativos en algunas universidades del país. La Institución Universitaria de Envigado cuenta con dos cátedras específicas en el pregrado sobre el modelo posracionalista, además de tener un Proyecto Educativo del Programa (PEP, 2010) que tiene un fundamento epistemológico posracionalista desde las ciencias sociales, que lo hacen afín al posracionalismo en psicoterapia del programa de psicología adscrito a la Facultad de Ciencias Sociales.



Referencias

- Arciero, G. (2000). Las organizaciones de personalidad: El enfoque postracionalista. *Revista de Psicoterapia*, 11(41), 93-102.
- Arciero, G. (2003). *Estudios y diálogos sobre la identidad personal: Reflexiones sobre la experiencia humana*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Arciero, G. (2006). *Tras las huellas de sí mismo*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Arciero, G., & Bondolfi, G. (2009). *Selfhood, Identity and Personality Styles* (Vol. 2009, p. 278). Chichester: Wiley and Sons.
- Balbi, J. (1994). *Terapia cognitiva posracionalista. Conversaciones con Vittorio Guidano*. Buenos Aires: Biblos.
- Balbi, J. (2004). *La mente narrativa: Hacia una concepción posracionalista de la identidad personal*. Buenos Aires: Paidós.
- Balbi, J. (2008). Epistemological and theoretical foundations of constructivist cognitive therapies: Post-rationalist developments. *Dialogues in Philosophy, Mental and Neuro Sciences*, 1(1), 15-27.
- Balbi, J. (2009). La metaconciencia afectiva y el sentido de uno mismo: Una concepción posracionalista de la naturaleza afectiva de la conciencia. *Revista de la Asociación de Psicoterapia de la República Argentina*, 2(1).
- Bertolino, A., Arciero, G., Rubino, V., Latorre, V., De Candia, M., Mazzola, V., Blasi, G., et al. (2005). Variation of human amygdala response during threatening stimuli as a function of 5'HTTLPR genotype and personality style. *Biological psychiatry*, 57(12), 1517-25.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775.
- Bowlby, J. (1996). *Una base segura: Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- Caro, I. (1997). *Manual de psicoterapias cognitivas: Estado de la cuestión y procesos terapéuticos*. Barcelona: Paidós.
- Crittenden, P. M. (1995/2002). Apego y psicopatología. En M. T. Miró (Ed.), *Nuevas Implicaciones Clínicas de la Teoría del Apego* (pp. 17-62). Valencia: Promolibros.
- Dodet, M. (1998). La moviola. *Psicoterapia*, 4(13), 89-93.
- Ellis, A. (2007). *Razón y emoción en psicoterapia*. Bilbao: Desclée de Brower.
- Guidano, V. F., & Liotti, G. (1983). *Procesos cognitivos y desórdenes emocionales*. Santiago de Chile: Cuatrovientos.
- Guidano, V. F. (1987). *Complexity of the self*. Nueva York: Guilford Press.
- Guidano, V. F., & Dodet, M. (1993). Terapia cognitivo sistémico-procesual de la pareja. *Revista de Psicoterapia*, (28), 45-58.
- Guidano, V. F. (1994). *El sí-mismo en proceso: Hacia una terapia cognitiva posracionalista*.
- Guidano, V.F., & Quiñones, A.T. (2001). El Modelo cognitivo postracionalista. Hacia una reconceptualización teórica y clínica. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Institución Universitaria de Envigado, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. (2010). *Proyecto educativo programa de psicología (PEP)*. Envigado.
- Mannino, G. (2008). Las "organizaciones de significado personal" y el concepto de "diacronía/sincronía." *Revista de Psicoterapia*, 19(74/75), 89-102.
- Mazzola, V., Latorre, V., Petito, A., Gentili, N., Fazio, L., Popolizio, T., Blasi, G., et al. (2010). Affective Response to a Loved One's Pain: Insula Activity as a Function of Individual

- Differences. *PloS one*, 5(12), e15268. Public Library of Science. doi:10.1371/journal.pone.0015268
- Moltedo, A. (2008). La evolución de la obra y el modelo de Vittorio Guidano: Notas histórico biográficas. *Revista de Psicología*, 18(1), 65-86.
- Nardi, B. (2006). Rol de los procesos filogenéticos y ontogenéticos en el desarrollo de las organizaciones de significado personal. *Psicoperspectivas*, 5(1), 49-64.
- Nardi, B. (2007). *Costruisci: Sviluppo e adattamento del sé nella normalità e nella patologia*. Milán: FrancoAngeli.
- Nardi, B. (2008). La organización del sí mismo: De la derivación psicopatológica de Guidano al significado adaptativo de construcción de la reciprocidad. *Revista de Psicoterapia*, 19(74/75), 103-131.
- Nardi, B., Arimatea, E., Giovagnoli, S., Blasi, S., Bellantuono, C., & Rezzonico, G. (2011). The mini questionnaire of personal organization (MQPO): Preliminary validation of a new post-rationalist personality questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 1-13.
- Nardi, B., & Moltedo, A. (2008). Rol de la relación de reciprocidad en el desarrollo de las diversas organizaciones de significado personal. *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 4(3), 345-358.
- Oneto, L., & Moltedo, A. (2002). Las Organizaciones de Significado Personal de Vittorio Guidano: Una llave explicativa de la experiencia humana. *Revista Psicoperspectivas*, 1, 83-92.
- Picardi, A., & Mannino, G. (2001). Le "organizzazioni di significato personale": verso una validazione empirica. *Rivista di Psichiatria*, 36, 224-233.
- Rivière, A., Sarriá, E. & Núñez, M. (2002). El desarrollo de las capacidades interpersonales y la teoría de la mente. En M. Belinchón, A. Rosa, M. Sotillo & I. Marichalar (Eds.), *Ángel Rivière, obras escogidas volumen III: Metarrepresentación y semiosis* (pp. 6-43)
- Rubino, V., Blasi, G., Latorre, V., Fazio, L., D'Errico, I., Mazzola, V., Caforio, G., et al. (2007). Activity in medial prefrontal cortex during cognitive evaluation of threatening stimuli as a function of personality style. *Brain research bulletin*, 74(4), 250-7.
- Ruiz, A.B. (1996). The contributions of Humberto Maturana to the sciences of complexity and psychology. *Journal of Constructivist Psychology*, 9, 4 pp. 283-302.
- Ruiz, A. (1998). *Aportes de Humberto Maturana a la psicoterapia*. Recuperado de Inteco artículos <http://inteco.cl/articulos/003/index.htm>
- Ruiz, A. (2001). La Terapia Cognitiva Procesal Sistémica de Vittorio Guidano: Aspectos Teóricos y Clínicos. Recuperado de Inteco artículos <http://inteco.cl/articulos/011/index.htm>
- Ruiz, A. (2007). La psicología y la psicoterapia cognitiva post.racionalista: Aspectos teóricos y clínicos. *XV Congreso Mexicano de Psicología* (pp. 1-15). Hermosillo: Inteco.
- Searle, J. (1989). *Minds, brains and science: The 1984 Reith lectures*. Londres: Penguin.
- 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).
- Zagmutt, A. (2004). La técnica de la moviola; La metodología autoobservacional en el constructivismo posracionalista. In C. N. de Abreu & H. J. Guilhardi (Eds.), *Terapia Comportamental e Cognitivo-comportamental, Prácticas Clínicas* (pp. 459-473). Sao Paulo: Roca.