

LA ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA: REFLEXIONES EPISTEMOLÓGICAS Y PRAXOLÓGICAS

Miguel Ángel Roca

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana

Resumen

El presente escrito es la versión escrita de la presentación hecha por el autor en el Encuentro Internacional de Orientación. El autor defiende la integración, la diversidad, la inclusión y el diálogo entre corrientes del pensamiento psicológico, rechaza el forzado y auto impuesto ostracismo científico, el querer ver el mundo y el desarrollo de las ciencias desde una única perspectiva. En su visión, la orientación psicológica como especialidad busca facilitar y optimizar el funcionamiento personal e interpersonal a lo largo del ciclo vital, focalizándose en los más diversos asuntos referidos a las emociones, el funcionamiento social, el bienestar personal, las decisiones vocacionales y educativas, la salud y el desarrollo, la vida institucional, organizacional y comunitaria. Su espectro de acción no parece tener límites. Su principal empeño se asocia al bienestar, al óptimo funcionamiento de las personas, parafraseando humildemente a Martí, cultivar la dignidad plena del hombre. Para avanzar en esta dirección es necesario dejar atrás cualquier tipo de posturas rígidas y ortodoxas. La ortodoxia significa no pensar, no necesitar el pensamiento.

Palabras claves: orientación psicológica, integración teórica, práctica profesional de la psicología

Abstract

This paper is the written version of the presentation made by the author at the International Encounter in Psychological Orientation. The author defends the integration, diversity, inclusion and dialogue between psychological schools of thought, rejects the forced and self-imposed ostracism of those scientists wanting to see the world and the development of science from a single, only one, perspective. In his vision, as a specialty, counseling (psychological orientation) aims to facilitate and optimize the personal and interpersonal functioning across the life cycle, focusing on the diverse issues related to emotion, social functioning, personal, vocational and educational decisions, health and development, the institutional, organizational and community. Its spectrum of action does not seem to have limits. Its main thrust is associated with well-being, optimal functioning of people, humbly paraphrase Martí, cultivate the full dignity of man. To move in this direction is necessary to leave behind any rigid and orthodox stances. Orthodoxy means not thinking, not needing the thought.

Keywords: counseling, psychological orientation, theoretical integration, professional practice in psychology

Hace unos sábados atrás tuvo lugar un *sui generis* fenómeno social en la Casa Estudiantil de la Universidad de la Habana. Se presentaba un libro de mi colega y amigo, el profesor Manuel Calviño, y unos millares de personas desbordaron el local, se esforzaron por comprar el libro y hasta proliferó el “cubaneo” de la “reventa” en las afueras de la Casa.

Ello se debió a múltiples razones, entre ellas el carisma de Calviño, figura pública y digna cara

visible de la psicología que todas las noches de viernes hace ya más de veinte años, se hace presente en el popular y conocido espacio televisivo *Vale la pena*, con un tema de interés, polémica o actualidad.

Y es aquí donde creo que el asunto no se limita a “quién” comunica, sino a “qué” se comunica. Porque de lo que suele hablar mi colega es de realidades, de cotidianidades, de asuntos pedestres que no resultan etéreos, distantes,

justificativos o vocingleros, sino que se habla de la “vida real”. Hablando con redundancia, se trata de recordarles a las personas, precisamente eso, que son personas y que están vivas.

Cuando la orientación psicológica funciona, no importa si a través de los medios, en el consultorio o en cualquier otro escenario, lo que se ha hecho es recordarles a las personas que en primera instancia no son cosas, pacientes, compañeros o ciudadanos, sino que son eso, personas, seres humanos, gente con derecho a pensar, a sentir y disentir, a tener éxito y fracasar, a triunfar y a equivocarse sin por ello ser un peor ser humano. Se trata, como diría una conocida metáfora constructivista, de poner a las personas en el “asiento del chofer”.

Y todo ello apoyado en el “espíritu de los tiempos” que convocan a focalizarse en “empoderar a las personas”, aprender a través del ensayo-error, así como la apertura a nuevas formas de pensamiento y soluciones, enfatizando los procesos de tomas de decisiones, la aceptación de un pensamiento divergente y la búsqueda de integración de los opuestos.

Como punto de partida, esto ya justifica la vigencia de la orientación psicológica, que aunque la palabra pueda parecer manipuladora al estilo de decirle a la gente lo que “tiene” que hacer, una vez recibidas las orientaciones, es todo lo contrario: es convocar a las personas a asumir las responsabilidades de sus existencias, a tomar decisiones informadas y a comprometerse con sus consecuencias.

La orientación psicológica como especialidad busca facilitar y optimizar el funcionamiento personal e interpersonal a lo largo del ciclo vital, focalizándose en los más diversos asuntos referidos a las emociones, el funcionamiento social, el bienestar personal, las decisiones vocacionales y educativas, la salud y el desarrollo, la vida institucional, organizacional y comunitaria. Su espectro de acción no parece tener límites. Su principal empeño se asocia al bienestar, al óptimo funcionamiento de las personas, parafraseando humildemente a Martí, cultivar la dignidad plena del hombre.

Decía Albert Ellis que un neurótico es alguien inteligente que se comporta como un imbécil, y que las personas normales son aquellas que buscan soluciones a los problemas que se les

presentan. En tanto los otros, para no llamarles los no-normales (y evitar enredarnos en un asunto de normalidad estadística, donde hasta se puede invertir lo que queremos expresar) son los que se empeñan en buscarle ¡problemas a las soluciones!

La orientación psicológica va encaminada principalmente a revertir esta situación, es decir a lograr que las personas vivan sus vidas de una manera lo más inteligente, y lo menos imbécil posible. A que la gente dé respuestas a sus problemas, y no a que hagan de sus vidas y de la de los demás, un constante problema.

Valga afirmar que la orientación psicológica tiene múltiples espacios en común, y áreas de solapamiento con la tradicional psicología clínica. Tal vez porque se trate de que en un mundo cada vez más multidisciplinar, la intervención psicológica para tributar el bienestar de personas, trascienda definiciones o estancos de poder y esferas de acción restringidas a términos o categorías. Lo cierto es que trabajar con y para “personas en o con problemas”, ayudar a aliviar sus angustias y sus dificultades para hacer frente a los cotidianos dilemas de adaptación o cambio, ayudar a resolver sus conflictos y crisis cotidianas, ayudar a trabajar en aras de incrementar su bienestar y el de los suyos, ayudar a lograr mejores y más altos niveles de funcionamiento, son espacios en que tanto orientadores como psicólogos clínicos comparten funciones.

Y obsérvese que la palabra reiterada fue “ayuda”, podría haberse dicho “acompañamiento” o algún que otro término que significase “empresa conjunta” con la persona, como diría Beck, pero que en ningún modo equivale a “aconsejar” o “pautar lo que se debería hacer” como a algunos podría sugerirle el término. No se trata de que la persona a ayudar sea un pobre infeliz que aguarde por orientaciones para saber qué hacer, sino que se trata de una persona capaz de poner en práctica mucho de su potencial y lo que necesita es poner en orden la brújula de su existencia y adquirir algunas herramientas y habilidades básicas necesarias para hacerse responsable de su propia vida. En esa empresa lo acompaña el orientador.

Por esas razones me resultó grato participar en un evento dedicado a la orientación psicológica (psicoterapia, intervención, relación de

ayuda, diferencias aparte, pero en el fondo mucho y bueno de lo mismo), hasta que vi el título de la mesa en que me correspondía intervenir “Reflexiones epistemológicas y praxológicas de la orientación psicológica”. Recordé que hace unos pocos lustros en el lenguaje de la profesión se empezó a abusar del uso de algunos conceptos, importados de otras ciencias sociales, como los términos de ontología, heurística, hermenéutica, mayéutica, paradigmas, epistemología, entre otros. Recuerdo que cada vez que se producía algún debate salían a relucir las dichas palabras que le daban elegancia y supuesta cientificidad al tema, pero que a mi parecer hacían sentir que perdía no menos de veinte puntos de C.I. y sentía que me estaban hablando en chino (aunque el mundo se mueve a una velocidad de naturaleza tal y en una dirección, que sí, que parece que en los próximos años no nos va a quedar más remedio que hablar como los asiáticos).

Pero volviendo al tema, lo cierto es que aunque hay términos que adquieren connotación de moda y como tal suelen pasar (¿no recuerdan muchos de los aquí presentes, de los que ya peinamos canas por la cantidad de juventud acumulada, cuando en los años 1980s la Academia de Ciencias de la extinta URSS, nos hizo exprimarnos el cerebro para esclarecer aquella complicada familia de palabras que era metodología, método y metódica?), pero hay términos que llegan para quedarse, no por su petulante uso y muchas veces desconocida comprensión a pesar de ello, ni por su arrogancia semántica, sino por su real significación, por lo que en realidad aportan; tengo la certeza de que es el caso de la epistemología. Llegó para imponerse en nuestro discurso y nuestro quehacer.

Sin complicarnos mucho, la epistemología (del griego ἐπιστήμη (episteme), "conocimiento", y λόγος (logos), "teoría") es la rama, de la filosofía de inicio pero posteriormente de las ciencias específicas, cuyo objeto de estudio es el conocimiento científico, la teoría del conocimiento —y con esta expresión sí nos familiarizamos y comprometimos mucho, para bien, cuando la dialéctica era credo declarado en nuestras prácticas profesionales y científicas—. Epistemología es el sostén conceptual que se ocupa de asuntos tales como las circunstancias históricas, sociales y psicológicas que

llevan a la propuesta de determinadas teorías, no menos que los criterios por los cuales estas se definen, se justifican, se someten a legítimo “beneficio de la duda” o se invalidan. De tal teoría del conocimiento que sustente nuestro accionar profesional no podemos prescindir, y afortunadamente nuestra ciencia madre, la Psicología, nos brinda mucho, diverso y bueno de donde nutrirnos.

En otras palabras, la orientación psicológica, si no quiere convertirse en irrespetada empiria e improvisación, no puede prescindir de apoyarse, en su diversidad, en lo mucho que han aportado las diferentes corrientes del pensamiento psicológico, cada una con sus alcances y limitaciones, pero con aportes indudables que críticamente asimilados pueden ampliar hasta límites insospechados el conocimiento y el arsenal de acciones profesionales en aras del bienestar de nuestro principal objeto de estudio: la persona humana.

Por otra parte, unos párrafos atrás hablaba de términos que con frecuencia llevaban a debates, muchas veces estériles, pero también había términos estigmatizados alrededor de los cuales abundaban prejuicios y resquemores que los hacían acrítica y lapidariamente excluidos, al estilo de “de eso no se habla”. Pienso por ejemplo en el eclecticismo y el pragmatismo, ser acusado de ecléctico o de pragmático (¡no sé cuántas veces me tocó!), era casi infamante. Si hago una toma de partido honesta rechazo del eclecticismo el vulgar “tomo lo que me hace falta” y del pragmatismo el crudo “los fines justifican los medios”. Pero tampoco simplifiquemos, ¿es solo esto eclecticismo y pragmatismo o hay algo más serio detrás?, ¿no resulta deseable, más allá de diferencias conceptuales no necesariamente antagónicas, asimilar aquello que de valioso ha producido lo mejor del pensamiento psicológico en cualquiera de sus vertientes?, ¿no resulta deseable optar por la búsqueda de lo útil y que funcione, fertilizando el camino de la eficacia y la eficiencia?

Para ilustrar lo declarado, en lugar de enredarme en disquisiciones, prefiero apelar a una convincente expresión de Arnold Lazarus, cuando refiere que “es la efectividad empírica y no la escuela terapéutica, la que debe dictar los procedimientos de intervención a seguir”. Y otra expresión de Marvin Goldfried que privile-

gia “la necesidad de aprender de los terapeutas que están en contacto con la realidad clínica, independientemente de su pertenencia a determinada orientación”.

Es por ello que, salvando distancias respetuosamente, comulgo con Lazarus en la necesidad de una creciente y constante integración de teorías y prácticas, apoyándome en una seria afirmación de Michael Mahoney acerca de que “se ha producido un declive progresivo pero cada vez más evidente en la dominación de las epistemologías autoritarias en el contexto de la Psicología, con obvias consecuencias sobre la práctica de la Psicoterapia, particularmente en lo referido al diálogo entre corrientes antes antagónicas que en su conjunto facilitan la búsqueda de la integración”.

Por eso apuesto por la integración, no como una triunfalista “nueva teoría” que en última instancia sería más de lo mismo, al estilo de ¡es mi teoría la que tiene la razón!, sino por un respeto por la diversidad y la necesaria multimirada, por un constante repensar y buscar y aceptar diferentes perspectivas, donde tengan cabida lo común y lo distinto, lo general y lo particular, pero en cualquier caso marcando lejanías con los dogmas y formas rígidas e inamovibles de pensar las prácticas profesionales.

Apuesto así por la integración, la diversidad, la inclusión y el diálogo entre corrientes del pensamiento psicológico. Me resisto firmemente a un forzado y auto impuesto ostracismo científico de querer ver el mundo y el desarrollo de las ciencias desde una única perspectiva y a no tener una postura de asimilación que promueva el constante desarrollo a través de la contradicción y la infinita acumulación de verdades relativas; eso es dialéctica.

Así, retomo algo que he dicho en espacios anteriores y, sin intenciones de lastimar a nadie que se sienta identificado, pero cada vez que estoy en presencia de rígidas u ortodoxas formas de aferrarse a ultranza a determinadas ideas o concepciones, sin valorar la existencia de alternativas no excluyentes y hasta antagónicas, no puedo evitar recordar una cruda pero muy aguda afirmación de George Orwell en su no menos crudo libro *1984*, que en mi modesta opinión no requiere comentarios: la

ortodoxia significa no pensar, no necesitar el pensamiento.

Y prefiero defender la metafórica expresión de Rabindranath Tagore, de que “El bosque sería muy triste si sólo cantaran los pájaros que mejor lo hacen.” e incluso como “abogado del diablo” me atrevería a hacer el irónico cuestionamiento de ¿y en definitiva, quién define cuál es el pájaro que mejor canta o el que canta mal?

Para cerrar mi intervención, el elemento final sobre el que está concebida esta mesa se refiere a consideraciones praxológicas. La praxología es también de los conceptos importados que pudiera enredarnos, pero apelando a mi pecaminosa vocación pragmática, veámoslo simplemente como la búsqueda de principios elementales, con los cuales entender y analizar el proceso del accionar humano, es decir ¡la práctica!, en este contexto, soy un convencido del ancestral principio filosófico de que ¡la práctica es el mejor criterio de veracidad!

Esto adquiere particular importancia en la práctica cotidiana de los profesionales de la salud en general y de la salud psíquica en particular, comprometidos a diario mucho más con el hacer que con el teorizar, con un hacer que potencie el bienestar y calidad de vida de las personas que se benefician con sus acciones profesionales.

Y no se trata de un “hacer” cualquiera, es también un saber de “amplio espectro”, con un amplio y no restringido arsenal de recursos que permita ajustar los procedimientos a las personas, más que –cual incómoda camisa de fuerza– forzar a las personas a los procedimientos, desconociendo la individualidad concreta de aquellas.

Por eso soy un convencido de que solo es digno hablar de un tema cuando este ha sido refrendado por la práctica profesional de aquel que habla. Y ello es particularmente verídico en el caso de la orientación psicológica, donde no solo la práctica individual, sino la práctica supervisada que amplíe el horizonte profesional desde la mirada crítica de las prácticas de otros, conducen al incremento de competencias que se traducirán en beneficio de las personas que ayudamos.

Puedo ahora correr el riesgo de otro mote científico, el de empirista; aunque no me asusta, no lo aceptaría pues unos pocos párrafos atrás, defendí el papel de la teoría, de la epistemología, de mi compromiso con que es muy difícil que haya una buena práctica sin una sólida teoría, pero la orientación psicológica tiene connotación de aplicación a personas y grupos humanos concretos, ¿no puede prescindir de la práctica real, sistemática, constantemente renovada y revisada si quiere conservar credibilidad!

Casi concluyendo mi intervención, recuerdo al hablar de este tema, una anécdota del conocido fundador de la TREC, Albert Ellis, quien fue invitado a cierto escenario universitario a impartir una conferencia taller sobre “Las creencias irracionales en el tratamiento de las disfunciones sexuales”, al final del debate un almidonado colega le preguntó:

—Doctor Ellis, pero si tuviera que sintetizar todo lo afirmado por Usted, ¿qué tiene que hacer concretamente una persona para resolver sus disfunciones sexuales?

A lo que Ellis, con la originalidad que le caracterizaba, pero con la convicción en aquello de que hablaba, le respondió:

—¡Practique, pratique y pratique..., la TREC!

Y ahora ya para cerrar, prefiero hacerlo con una elegante afirmación de Michael Mahoney, referida a la psicoterapia pero válida para la orientación, y que sintetiza muchas de las ideas que he tratado de compartir con ustedes:

En un mundo cada vez más inundado por la diversidad y el dinamismo, y a pesar de la globalización, no puede pasarse por alto el hecho que de manera similar a como las personas y las relaciones devienen procesos dinámicos y cambiantes, así lo es también el desarrollo de las teorías y las prácticas profesionales: cambian los tiempos, cambian los contextos, cambian los paradigmas, crecen las teorías y aumenta la experiencia profesional, constantemente surgen nuevos puntos de vista, ¡cambian las personas, ... tanto las que brindan ayuda como las que la reciben! Mantener estáticos y cerrados puntos de vista sobre “cómo hacer psicoterapia” mutila no solo el crecimiento exponencial de la teoría y práctica profesional de la Psicoterapia, sino sus potenciales efectos beneficiosos sobre el bienestar de las personas.