



LA FORMACIÓN DE LOS FUTUROS PSICOTERAPEUTAS PARA MÁS COHERENCIA

Por Xavier Haudiquet Lamarque¹

RESUMEN

¿Cómo hacer para que exista coherencia entre la práctica terapéutica y el marco teórico que profesa el terapeuta? Esta cuestión no es relevante en la consulta privada, pero sí, es aguda cuando se habla de formación en psicoterapia. Ahí, es muy importante que el maestro modele lo que enseña. Eso nos lleva a cuestionar el sistema de evaluación del futuro psicoterapeuta, pues la evaluación es un punto central de cualquier entrenamiento.

Se supone que la praxis de un psicoterapeuta debería de estar en coherencia con el marco teórico del enfoque al cual se refiere. Si algún psicoterapeuta se presenta como gestaltista o logoterapeuta, o si se dice rogeriano, estamos con el derecho de esperar que su práctica sea acorde a su etiqueta y su marco de referencia.

En la realidad, no siempre es así. Uno puede profesar ciertos principios filosóficos y no llevarlos a cabo a la hora de la práctica. Por ejemplo, uno puede estar convencido del valor de la empatía y sin embargo, no desarrolla mucha empatía con sus pacientes. Uno puede creer en la tendencia actualizante o en la capacidad autorreguladora del paciente y sin embargo dirige el proceso de la sesión y de la terapia. Uno puede considerar que está centrado en el proceso y sin embargo, con sus pacientes, se enfoca en el problema y/o la búsqueda de una solución.

Eso significa que más allá de las diferencias teóricas entre corrientes psicoterapéuticas, finalmente lo que va a distinguir el tipo de terapia es la praxis del terapeuta, su persona.

Claro, en el secreto del consultorio, el hecho de que el terapeuta no sea fiel a sus marcos teóricos de referencia no le importa a nadie, y menos al paciente. De hecho, es muy probable que la gran mayoría de los psicoterapeutas hayan desarrollado un estilo tan personal que se han alejado mucho de una práctica “ortodoxa”.

¿Cuántos psicoanalistas han abandonado el diván? ¿Cuántos psicoanalistas han renunciado a la neutralidad y asumen la postura de hacer frente a sus pacientes? Varios estudios han demostrado que entre más experiencia tienen los psicoterapeutas, más se asemejan sus praxis, y ello a pesar de que pertenezcan a corrientes diferentes. Otra conclusión de esos estudios es que existen más diferencias entre un terapeuta principiante y un terapeuta experimentado dentro de una misma escuela que entre dos terapeutas experimentados que pertenecen a dos escuelas diferentes.

El problema de la coherencia entre teoría y práctica emerge en el dominio de la formación, pues ahí existe un fin didáctico y es necesario mostrar a los estudiantes lo que se quiere demostrar y practicar lo que se predica, es decir, que haya coherencia entre teoría y práctica.

¹ Psicoterapeuta desde 20 años, en Francia y México. Supervisor y docente. Certificado por la *European Association for Psychotherapy*. Para contactar al autor: xavier@centrodesarrollohumano.com o visitar el sitio: www.centrodesarrollohumano.com

Pero, ¿por qué nuestros valores y nuestras convicciones más íntimas no bastan para dar buena terapia? ¿Por qué nuestras creencias no son una garantía de nuestra práctica? Sencillamente porque la psicoterapia no se reduce a unas técnicas, sino que es un saber ser, o sea un conjunto de actitudes. Ahora bien, en muchos entrenamientos, no se da suficiente énfasis en el desarrollo de las actitudes para que el estudiante tenga tiempo de integrarlas como haciendo parte de su praxis.

El saber (el conocimiento) es relativamente fácil de transmitir. El saber hacer (herramientas, habilidades) también, porque es algo que se puede aprender. Pero el saber ser - lo cual podríamos llamar también calidad de presencia - no se puede imitar ni aprender desde afuera. Es una experiencia interna. Las actitudes se desarrollan lentamente después de un largo trabajo de maduración interno antes de poder ser realmente integradas. Por eso, es tan importante que la formación en psicoterapia no siga el modelo de cualquier otra capacitación basada en las técnicas. Se tiene que dar el primer lugar al desarrollo de las actitudes, y no solamente en palabras, en los hechos.

¿Cómo? Lo más importante es reducir el peso que se le da a las técnicas y las herramientas y privilegiar el saber ser, creando las condiciones de una experiencia interna y de una vivencia personal de las actitudes. Parece ser que ahí, muchos institutos de capacitación se confrontan a una dificultad, la de la evaluación.

Pues, sabemos muy bien evaluar conocimientos teóricos y técnicas. Pero, en el momento en que enfatizamos realmente en las actitudes, ¿cómo evaluar esto? En realidad, a pesar de todo los intentos, es imposible calificar un saber ser. Las actitudes, por definición, no se pueden evaluar, sobre todo si, como en la psicoterapia humanista, profesamos respeto hacia el individuo, confianza en su desarrollo y fe en la subjetividad de la relación interpersonal.

Por lo tanto, en los entrenamientos en psicoterapia, si tenemos una necesidad apremiante de evaluación, entonces la formación estará enfocada en el buen uso (o el mal uso) de las herramientas. En este caso, estamos formando buenos (o malos) técnicos de la terapia.

Al contrario, si queremos formar psicoterapeutas de verdad, es decir si se quiere dar peso al desarrollo del saber ser, entonces, es necesario revisar el sistema tradicional de evaluación e imaginar un nuevo sistema basado en los principios de la psicología humanista, en particular los presupuestos de conceptos tales como: aprendizaje significativo, tendencia actualizante, autorregulación orgánica, intersubjetividad relacional, campo, etc.

De la misma manera que algunas corrientes psicoterapéuticas intentan cambiar de paradigma, las formaciones en psicoterapia también necesitan cambiar de paradigma y renovar fundamentalmente los presupuestos educativos, en especial la cuestión de la evaluación basada en el juicio externo al sujeto. En el dominio de la psicoterapia, no hace duda que el camino sea el de la autoevaluación...

Junio de 2008

