

Agresividad y ternura en psicoterapia

Prof. Psic. Yair Hazán

(para el Congreso de la Asociación Internacional de Psicología Individual, Vilnius, Lituania, 2008, al cual el autor no pudo concurrir)

yairhazan@centroadleriano.org

La agresividad y la ternura, un poco a la vista, un poco tabú, siempre han andado rondando la sesión de psicoterapia. Se llegó a pensar en la posibilidad de una asepsia de principios del siglo XX, que de una manera muy positivista y muy comtiana fuera posible desterrarlas de la clínica. Eso es lo que le hubiera gustado a un freudismo exacerbado, lo mismo que a un conductismo exacerbado.

Ahora, y desde Adler siempre sabemos que son sentimientos que involucran tanto al paciente como al psicoterapeuta.

Además, para usar un concepto actual en psicología: *resiliencia*, debemos establecer que son precisamente la agresividad por una parte y la ternura por otra la que tornan a un sujeto resiliente.

Aún desde una postura cognoscitivista, me refiero a la rama filosófica que se ocupa del conocimiento (Gnoseología) y no a la vulgarización del término para darle un uso psicológico, es necesario unir la afectividad la discriminación. Kant, precursor de nuestras teorías señalaba que “toda comprensión es un conocimiento adecuado a nuestras intenciones”. Esto significa que el conocimiento y las intenciones están entramados en la afectividad. Ortega y Gasset, por otra parte, nos enseñó que “una idea es clara, si nos presenta en un nuevo orden, un conjunto de ideas que ya poseíamos”. Este es el gran punto de unión, todavía no explotado, entre la psicología del aprendizaje y la psicoterapia, obviamente estoy hablando de una psicoterapia estrictamente adleriana.

Como la vida misma es más representativa que los libros y discursos, recordamos versiones contradictorias de quienes conocieron a Adler. Algunos lo calificaban de “duro” y otro de “encantador”. Era una de las maneras de ubicarse en el setting terapéutico recordando que a “muchos –pacientes– les ha faltado ternura, por eso debo convertirme en sus propias madres”, pero procediendo como un cirujano que sin sadismo, no teme usar el bisturí.

Lo que determina el grado de agresividad o de ternura en las proporciones necesarias, además del conocimiento del terapeuta y el estado del paciente, es el *arte* de psicoterapeuta

La psicoterapia tiene como objetivo el cambio o la aceptación, esto se da por una reestructuración de la unidad afectivo cognitivo del paciente, Como Adler fue el primer terapeuta existencialista empírico, démosle la palabra a una autoridad filosófica como Martín Heidegger cuando dice “Las preguntas son caminos para una respuesta. Esto consistirá –en el caso de que alguna vez se accediera a ella- en una transformación del pensar, no en un enunciado sobre un contenido...” [1] Huelgan los comentarios y el lector hará la transposición didáctica desde la filosofía y la psicología del aprendizaje a la psicoterapia.

No hay proceso psicoterapéutico eficaz que pueda soslayar las tres grandes tareas de la vida: el contacto social, el trabajo y el amor, habiendo una cuarta, que es el arte. “La experiencia, señalaba Adler, tiene un valor real, pero el arte penetra más que la experiencia”

Esto motiva un alejamiento de los tratamientos sintomáticos, conductistas o focales. La de Adler era y es una psicoterapia por insight. Recordemos el caso de un joven indeciso y obsesivo del que comentó: “Liberarle de aquella extraña coartada no hubiera sido suficiente, pues inmediatamente hubiera encontrado otra”.

¿Cómo se encierra todo esto es un contexto ético, y más aún de una ética del siglo XXI? Hace ya un buen tiempo, por estos lugares, Rodó escribió desde su sentimiento de comunidad, en un evolucionismo y un optimismo muy nuestro: “A medida que la humanidad avanza, se buscará la ley

[1] Martin Heidegger (1969). *The end of Philosophy and the task of thinking*.

moral como una estética de la conducta. Se huirá del mal y del error como de una disonancia y se buscará la bueno, como el placer de una armonía”. En la misma línea, nuestro numen inspirador, Dostoievsky, había escrito que “la belleza salvará al mundo”. Y hace pocos días mi amigo el Dr. Zurrón me decía desde España, que cualquier ensayo sobre la fealdad que no tenga en cuenta a Adler ha de ser un ensayo cojo, porque no hay fealdad sin inferioridad ni compensación, ni objetiva ni subjetivamente.

El desafío para nuestro tiempo es que debemos ser muy tiernos, muy agresivos, pero muy coherentes...

Pero mientras tanto, llegamos a feliz puerto si usamos acertadamente la *interpretación* como agresividad no violenta, combinada con el *estímulo*, que es una de las manifestaciones objetivas de la ternura.

Pienso que Ferenczi, influido por Adler llegó a afirmar que “el paciente no se cura sin el amor del analista”, situación que ahora redescubren los gestálticos y otros.

Pero no dejemos escapar esto, la agresividad es necesaria, y puede ser terapéutica, la violencia y la tortura, jamás!

Parece que es el desafío de las paradojas lo que llevó a las autoridades del Congreso de la Asociación Internacional de Psicología Individual, a colocar juntos dos conceptos contradictorios. Dejemos, una vez más que sea Adler quien nos ilumine: “La gente cree que izquierda y derecha son contradicciones, que hombre y mujer, caliente y frío, son contradicciones, pesado y liviano. Desde el punto de vista científico, no son contradicciones, sino variedades. Son grados de una misma escala, ordenados de acuerdo con su aproximación a una ficción ideal”. Por eso al ver el título del Congreso no pude evitar pensar en Schiller quien argumentó que “la oposición de dos necesidades hace surgir la libertad. El antagonismo de las fuerzas hace surgir la cultura. Entre los vericuetos de la agresividad y la ternura (donde el extremo de la primera es la violencia y de la segunda, la sexualidad, aunque mal se pueden combinar), están las *salvaguardias*, constructo adleriano que Freud usaría después para describir los mecanismos de defensa.

Me viene a la memoria la narración de un discípulo paciente de Dreikurs quien le provocó un verdadero shock psicoterapéutico. Este le preguntó desafiantemente a Dreikurs: “Usted quiere decir que yo elijo, que elijo la neurosis y la manera de emocionarme”. Dreikurs con los brazos cruzados, de pie, con el gesto adusto, le repitió secamente : “Sí, usted elige”.

Como Adler tuvo la pretensión de transformar al psicoterapeuta, en un educador, me quedo reflexionando sobre una afirmación de Federico de Onís: “Sólo es digno de llamarse maestro, quien por lo menos una vez e la vida haya sido capaz de darnos una lección de amor”.