

Psicoterapia y Motivación: La Perspectiva Teleológica de Alfred Adler y su Aplicación Psicoterapéutica
Habitualmente solemos pensar que la dinámica del psiquismo actúa mediante causas o razones que -- en la línea continua del tiempo -- precedieron a los hechos actuales y, por lo tanto, pertenecen al pasado. Este modo de pensar se denomina causalista y es retrospectivo, porque supone que los impulsos o motivos del movimiento actual son a su vez movimientos que en el pasado fueron actuales, mientras que, actualmente, no lo son. El ayer determina el hoy - - es la condición del presente -- mientras que el presente se considera sólo como una consecuencia del pasado.

Edmund Husserl, fundador de la fenomenología trascendental, fué el primer filósofo que superó de modo radical -- aquí una cita de Paul Watzlawick -- “el mito fascinante, pero inexacto” de la causalidad del acontecer físico, y otorgó al presente y al futuro la importancia que hasta entonces había abarcado el pasado.



Alfred Adler (1870-1937)

Alfred Adler se le puede considerar, a su vez, como superador del dogma de la causalidad en el área de la psicoterapia. Del mismo modo que Husserl introdujo el concepto de intencionalidad en la filosofía moderna, la relevancia de Adler consiste en haber abierto —paralelamente— a la psicología en general y a la psicoterapia en particular, las puertas de la finalidad.

Cito a Adler: “Nos interesa más el futuro que el pasado... Dejando aparte la filosofía, lo cierto es que en psicología individual la causalidad es un obstáculo que ya está superado. Nosotros consideramos al hombre como si nada en su vida estuviera determinado causalmente -- y toda manifestación vital pudiera haber sido de otro modo”

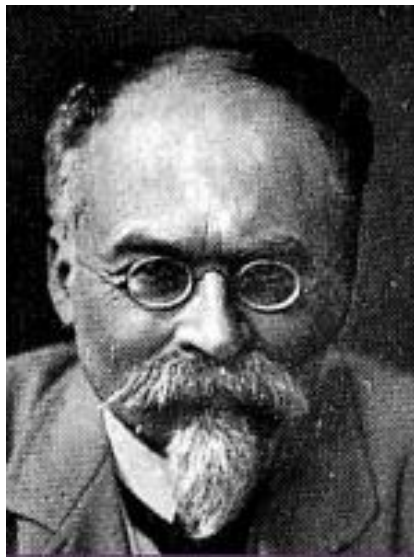
En oposición al pensamiento retrospectivo y causal, el método finalista o intencional es prospectivo. La dinámica del acontecer actual no se aclara

mediante el **por qué** del pasado, sino por la tendencia a un objetivo proyectado hacia el futuro; es decir, mediante el **para qué**.

Cito a Adler: “Un hombre no sabe qué hacer cuando no se orienta hacia su objetivo ... No somos capaces de pensar, sentir, querer ni obrar sin un objetivo que nos arrastre. Porque todas las causalidades no son suficientes para que el organismo-vivo domine el caos del futuro y supere la desorientación que acabaría con nosotros ... Sólo el ser inanimado obedece a una verdadera causalidad ... Los fenómenos psíquicos, como medios para conocer a una persona, han de entenderse como enfocados a una meta u objetivo.

De ahí que la pregunta decisiva de la vida anímica, tanto sana como enferma, no sea “¿**por** qué?”, sino “¿**para** qué?”. Y sólo una vez conocida la meta real, rectora, de una persona, podemos comprender sus movimientos, que son camino y tránsito. En este “¿hacia dónde?” se oculta el móvil de las acciones.”

El enfoque ideológico de la psicología adleriana se nutre de la doctrina kantiana de la teleología. Como protagonista de este movimiento es necesario nombrar a Hans Vaihinger. La idea básica de Vaihinger es que el pensamiento humano se debe concebir como si fuera un instrumento para alcanzar el fin de dominar la vida.



Hans Vaihinger (1852 – 1933)

El concepto central de esta doctrina es el de **ficción**. Según Vaihinger, las ficciones sirven para la estructuración de las actividades de la consciencia por una parte. Y -- por otra parte -- para la clasificación y el ordenamiento del mundo. De este modo puede el hombre formarse dentro de este mundo un ámbito donde orientarse.

La filosofía de Vaihinger tuvo una influencia decisiva en el pensamiento de Adler. Adler hace mención expresa de la idea de ficción, especialmente en los años iniciales de su psicología individual. Adler emplea también el sinónimo

psicológico: la opinión. Este concepto es hasta tal punto característico e importante para Adler, que él eligió la siguiente cita de Séneca como lema de su obra principal: Todo depende de la opinión.

Cito a Adler: “Las ficciones son opiniones subjetivas de las que una persona está convencida, en las que cree... incluso cuando todos los hechos “objetivos” parecen desmentirlas. Aunque pudiera pensarse que estas ficciones son inadecuadas desde el punto de vista pragmático, en la perspectiva del estilo vital resultan correctas, y con arreglo a esta lógica, razonables y adecuadas”

Consecuentemente, Adler, al exponer su teoría de las neurosis en sus primeras obras, se sirve del recurso ficcionalista del como si para dar a conocer el “modo de apercepción neurótica”. Esto se basa en opiniones infantiles (respectivamente primarias) instalados en una esfera de la realidad absolutamente subjetiva. Aquí se determina una lógica privada. Esta lógica se deriva de la perspectiva ficticia, que tenía sentido en la infancia. Así, el paranoico obra como si todos los hombres fueran sus enemigos; el depresivo, como si todo estuviera perdido; el que sufre pantofobia, como si el mundo estuviera sembrado de peligros, etc.

En un estado genético temprano (respectivamente primario) de su desarrollo, un niño no dispone ni de los símbolos lingüísticos ni de las condiciones lógicas de abstracción de operaciones intelectuales "superiores". Por eso el niño tiene que crearse un esquema de apercepción, que incluye los conocimientos privados, es decir las opiniones y las finalidades primarias. Estos no son accesibles a la reflexión consciente.

La adquisición más primitiva de opiniones y finalidades primarias está totalmente centrada en la satisfacción de las necesidades de cada individuo. El niño aspira de una manera totalmente intuitiva y pre-reflexiva aclarar el problema elemental siguiente: Si este objeto, al cual me vuelvo ahora, sirve -- o no -- para cubrir mis necesidades (hambre, sed, calor, cercanía social etc.)? En caso que sea afirmada esta cuestión cardinal, el objeto respectivo recibe un atributo positivo. En cambio, si esta pregunta tiene que ser respondida negativamente, en cambio, el objeto respectivo se hace acreedor de una señal negativa. De este modo resulta un plan de vida personal, que integra tales opiniones y finalidades primarias. El objetivo último de este plan es asegurar el control personal de la vida, que corresponde subjetivamente a la tendencia a un sentimiento de autovaloración positiva.

Cito a Adler: “Peró de la autovaloración del individuo deriva, mediante la técnica inconsciente de nuestro aparato mental, un objetivo ficticio como compensación ideal y definitiva -- del universal sentimiento de inferioridad del hombre -- y un plan de vida para realizarlo”.

Este plan de vida representará la intencionalidad general del individuo y abarca su orientación a fines distantes, fines últimos o ideales personales. En su área radican las ficciones de la dinámica vital.

El sistema primario de la orientación

se basa en la

→ **ficción de la superioridad** total sobre los males del mundo

→ esto es percibido (de manera **inconsciente**) como un requisito previo **para la máxima seguridad** en la vida

En resumen, podemos decir: El plan de vida primaria se basa en la ficción de la superioridad total sobre los males del mundo. Ésta eficacia se conserva también durante toda la vida. Sin embargo ella será modificada por aquella finalidad, que es un producto de la socialización.

El sistema secundario de la orientación

→ significa una CONTRA-FICCIÓN de la FICCIÓN PRIMARIA

→ es la antítesis ética de la búsqueda individual por seguridad y poder

→ cumple una función correctiva, que es crucial para la coexistencia social.

→ al individuo son transmitidas las directrices (normas, ideales), que permiten una orientación en la vida social (normal).

→ incluye los principios de la conciencia moral.

→ acumula las experiencias, conocimientos y las tradiciones de la sociedad.

En detalle: Como parte de la socialización el niño recibe un nuevo sistema de la orientación -- a través de sus semejantes, por ejemplo, los padres, profesores u otras agentes de socialización. En este contexto, el niño interioriza una contra-ficción, que es la antítesis ética de la búsqueda individual por seguridad y poder. Esta contra-ficción cumple una función correctiva, que es crucial para la coexistencia social. También en el individuo se dan las directrices, que permiten una orientación en la vida social (normal). Aquí están -- en primer lugar -- incluidos los principios de la conciencia moral. Además, aquí están acumuladas las experiencias y conocimientos de la cultura propia, o las tradiciones de la sociedad. Esta instancia normativa asegura la racionalidad, es decir, la universalidad del pensamiento y de la acción del individuo.

Las normas sociales están fijadas ante todo como reglas exteriores, órdenes, así como sistemas de valor y sistemas de creencias. Los conocimientos de estas normas posibilitan al individuo actuar conforme a las solicitudes específicas de la sociedad. Sólo de este modo puede ser garantizada una convivencia entre los individuos de una manera óptima. La finalidad, que es determinante aquí es la finalidad social. Ella se constituye a través de la “internalización” de las peticiones sociales. Estos corresponden – según la psicología adleriana -- a las “opiniones secundarias”. La finalidad secundaria sigue una línea de movimiento horizontal. Esto se fija en un continuo delimitado por dos polos normativos: un polo define un comportamiento absolutamente correcto, el otro un comportamiento absolutamente falso. Entre estos dos polos hay muchas gradaciones.

La finalidad social varía en contenido y en cualidad dentro de la dimensión espacial y temporal. También varía respecto a las comunidades específicas que son sus creadores. Pero sin perjuicio de ello, el “individuo normal” proyecta sus propios objetivos e intenciones dentro del marco de la finalidad social, definido por las convenciones vinculantes de la respectiva comunidad.

Básicamente los ideales secundarios específicos representan puntos finales de una acción, que se ajustan a la realización de una idea abstracta que posee determinados contenidos prosociales. Mientras más lleno de tales ideas esté, más se orientará su comportamiento hacia a los ideales secundarios y por ende de esa forma tendrá menos significancia la finalidad primaria de la persona en cuestión. De ésta forma podemos remitirnos a los fanáticos religiosos y políticos que sin pensar demasiado sobre ello, renuncian a su vida para "servir a una causa más grande que ellos". Podemos pensar también en los revolucionarios que renuncian de igual forma a comodidades y seguridades de la vida para vivir los mejores años de su vida en subsuelos, cárceles o destierros. O bien tomar el caso de los terroristas que dan no solamente su vida a cambio de ideales secundarios, sino también llevan consigo la vida de terceros.

En el sistema secundario de orientación (como ámbito de la finalidad social) esta involucrada la **conciencia moral**. Esta noción se refiere a aquellas opiniones secundarias que poseen un contenido ético y moral.

El sistema secundario de la orientación

- significa una **contra-ficción** de la ficción primaria
- es la antítesis ética de la búsqueda individual por seguridad y poder
- cumple una función correctiva, que es crucial para la coexistencia social.

→ al individuo son transmitidas las directrices (normas, ideales), que permiten una orientación en la vida social (normal).

→ se refiere a aquellas opiniones secundarias que poseen un contenido ético y moral.

→ es accesible a través de la reflexión consciente

→ es esa "voz" proverbial que puede venir en auto-conversaciones desde el interior "al oído".

La conciencia moral es accesible, en gran parte, a través de la reflexión consciente, dado que sus contenidos específicos son comunicados, en el curso de la socialización, a través de conceptos transmitidos por medio del lenguaje. Por consiguiente la conciencia moral es esa "voz" proverbial que puede venir en auto-conversaciones desde el interior "al oído". Este hecho tiene para la psicoterapia un gran significado. Ella puede plantear dudas precisamente en esta relación, sobre lo poco realista e irracional de sus contenidos.

Recordemos: la conciencia es -- en términos de la psicología adleriana -- mediada intersubjetivamente. La conciencia es parte del sistema de orientación social, cuyo objetivo no se alinea a las necesidades individuales. Según Lawrence Kohlberg, hay varias formas de conciencia o moralidad.

Formas de la moralidad (según L. Kohlberg)

1.) La moralidad preconvencional (basada en la presión externa)

→ Las reglas morales son seguidas, porque la comunidad impone metas apropiadas.

2.) La moral internalizada

→ El individuo comprende las normas y principios convencionales desde la perspectiva de un miembro de la sociedad.

→ La moralidad se ha *interiorizado*: es seguida como una decisión deliberada.

3.) La moralidad posconvencional (autónoma)

→ El individuo es capaz de liberarse del pensamiento convencional.

→ no es dependiente de las opiniones y finalidades colectivistas.

→ los principios normativos pueden ser evaluados críticamente.

→ los principios morales que son de importancia universal, son seguidos voluntariamente y con conocimiento

→ requisito de una conciencia autónoma o personal.

1.) La moralidad preconvencional (basado en la presión externa)

Las reglas morales son seguidas, porque la comunidad (padres, profesores, etc) impone metas apropiadas. Si el niño no persigue estos objetivos, su comportamiento conduce a sanciones correspondientes. El niño está orientado aproximadamente hasta los 8 años por esas direcciones normativas, que se imponen desde el exterior. Sobre el significado y la importancia de estas finalidades el niño no está claro: Eso actúa inconscientemente: en un modo imitativo e irreflexivo. Incluso algunos adultos también permanecen en esta etapa de desarrollo.

2.) La moral internalizada

En esta etapa, opiniones y finalidades convencionales son determinantes. El niño puede comprender las normas y principios pertinentes desde la perspectiva de un miembro de la sociedad. La moral correspondiente se ha interiorizado: es seguido como una decisión deliberada. El miedo a posibles sanciones negativas ya no es esencial. El nivel de reflectividad es relativamente bajo, de modo que la necesidad de la acción moral no se puede explicar completamente. La mayoría de los jóvenes y adultos se mantienen en esta etapa.

3.) La moralidad posconvencional (autónoma)

En esta etapa, el individuo es capaz de liberarse del pensamiento convencional. Tampoco no es dependiente de las opiniones y finalidades colectivistas. Los principios normativos, en principio, pueden ser evaluado críticamente. Este es el requisito básico para su relativización. Al mismo tiempo, está asegurado que los principios morales que son de importancia universal, son seguidos voluntariamente y con conocimiento. Esa es precisamente la expresión de una conciencia autónoma o personal. Bajo este supuesto, el individuo es capaz de alinearse por esos valores, que trascienden a sus necesidades individuales. Una persona que ha alcanzado este nivel, es flexible en su juicio moral. Esta persona es capaz de determinar el valor de las opiniones y finalidades secundarias libremente. Por ejemplo, una persona puede oponerse a las opiniones y finalidades prescritas, si esos contradicen los principios de humanidad y la sabiduría del corazón. Esta última es una frase que utiliza Frankl repetitivamente. Según Adler, tal conciencia madura y autónoma es, la expresión de un sentido desarrollado de la comunidad.

La **salud síquica** existe cuando los sistemas primarias y secundarias de orientación armonizan el uno con el otro. Bajo esta condición, el principio basado en las necesidades individuales se deja conjugar con el principio prosocial-normativo, de manera que ambos seguirán aproximadamente la misma dirección (Adler llama a esto la línea de movimiento). Este será el caso cuando un hombre consigue integrar su finalidad primaria (que es una aspiración de seguridad y superación) con su finalidad secundaria (que contiene intenciones socialmente útiles). En este caso ambas finalidades son compatibles, la una con la otra.

La salud síquica

→ existe cuando los sistemas primarios y secundarios de orientación armonizan el uno con el otro.

→ el hombre consigue integrar su finalidad primaria (= aspiración de seguridad y superación) con su finalidad secundaria (= intenciones socialmente útiles)

→ ambas finalidades son compatibles la una con la otra.

Las personas anormales no cumplen con este requisito: psicóticos, criminales, psicópatas y los neuróticos, se distinguen igualmente por su tendencia, más o menos, marcada a eludir la "finalidad social". Sin embargo, estos "anormales" se diferencian el uno del otro por una característica significativa: Los criminales y los psicópatas no tienen una conciencia sofisticada y establecida. Por lo tanto, no sienten ningún remordimiento cuando persiguen sus intereses e intenciones privados. Pero, muy diferente es el caso con los neuróticos: Estos, por lo general, tienen una conciencia muy estricta. Sin embargo, la moralidad correspondiente está poco desarrollada: Ella está, en gran parte, anclada en el nivel preconventional. Las correspondientes opiniones y finalidades secundarias, por lo tanto, pueden causar un miedo irracional. Esto corresponde a la situación de los niños pequeños que tienen un miedo muy concreto de sanciones negativas en caso de una trasgresión de las exigencias morales. Este temor se debilita cuando el sicoterapeuta -- con la ayuda de un diálogo socrático -- cuestiona la veracidad de los correspondientes conocimientos. En este proceso, los contenidos secundarios de la conciencia subdesarrollada pueden ser comprendidos y relativizados por parte del paciente. Por otra parte, las condiciones para una valoración consciente y responsable de la vida y del mundo son creados simultáneamente.

Por ende, esto es una condición indispensable del análisis adleriano del "estilo de vida": diferenciar exactamente las finalidades primarias de las secundarias. Esto sólo es posible si la importancia de los conocimientos primarios es puesta en conocimiento por parte del terapeuta. Los conocimientos secundarios, evitadores del conflicto neurotico, motivan a estas personas a decir "si" (como una expresión de la finalidad secundaria), cuando en realidad su necesidad primaria era la de "decir que no". Esta falta de coherencia produce un conflicto interno: la síntesis armónica entre las finalidades primarias y secundarias se rompe. La compatibilidad entre el sistema primario de orientación y el sistema secundario de orientación ya no existe. La oposición resultante provoca una "ambivalencia" entre ficción y contra-ficción.

Tener una psique sana significa, por lo tanto, poseer el poder a ofrecer resistencia a inadecuadas finalidades secundarias, cuando éstas juegan el rol de

disparadores de sentimientos afectivos negativos -- como congoja, remordimiento, enojo, repugnancia o vergüenza.