

DE LA PSICOTERAPIA DE ADLER

Prof. Psic. Yair Hazán

Respetamos a Adler por la solidez de su juicio, lo directo de su visión y su humanismo sin concesiones.
Ernest Becker

Si quieres novedades, lee a los clásicos.
Miguel de Unamuno

PREÁMBULO

Qué hacía Adler con sus pacientes, o para decirlo de otra manera, con las personas que trabajaban con él, parece haber quedado en el olvido para muchos. Pero lo formidable es que subsiste o persiste en las mejores y mayores psicoterapias que hoy están en boga. De este modo es posible decir que el psicoanálisis freudiano a medida que se fue centrando en el análisis del yo, se volvió, sin saberlo, no digamos algo tan fuerte como “inconscientemente”, adleriano. Wolfgang Hochheimer, en su ya clásico texto dice que en la terapia de Jung la obra y las contribuciones de Adler están menos citadas que las de Freud, pero a la hora de la práctica los aportes adlerianos están notoriamente más presentes. Heinz y Rowena Ansbacher en su fecunda recopilación documentada, argumentan que ahora, referido a ese tiempo, pero más vigentes hoy que ayer, no se trata de saber si uno es adleriano o no, sino cuan adleriano es. Victor Louis, en un coloquio sobre los sueños con terapeutas de diversas corrientes, expone que su “interpretación del método de Freud, es totalmente adleriana, porque la vía viene determinada por la meta.” Mira y López, un serio estudioso de las disidencias, cuando se refiere a la de Rank, dice que al final de su vida, su obra comenzó a tener “cada vez más resonancias adlerianas”. Adler insistió en que los sueños revelan la actitud del soñante con respecto a algún elemento del presente y representan un ensayo de manera simbólica de una acción que el paciente deberá realizar en la vida real y una actitud con respecto a ella (Grotjahn). No olvidemos que fue Adler quien llevó a Rank a la Asociación Psicoanalítica y tuvo un encuentro con él para un seminario en París, poco antes de su muerte, según nos refiere Anais Nin. Y Binswanger cuenta que en una de las discusiones que presencié en esa primera Asociación de Viena “¡Fue Adler quien más defendió a Stekel!”. Todo esto debería llevarnos a ser menos dogmáticos, más seguros y menos sensibles al calificativo de “ecléctico”. En contraste con lo que decía Glover con respecto al estudio de las disidencias por parte de los candidatos a la formación de psicoanalistas: “¿para qué hacerles perder el tiempo?” Estas cosas nos hacen pensar que en el núcleo firme de las teorías y de las prácticas hay componentes esbozados por Adler, desde los profundos o psicodinámicos a los denominados cognitivistas, donde no quedan excluidos ni siquiera los constructivistas. Sin exageración podemos decir que si Piaget es el gran constructivista acerca de la formación del pensamiento, Adler lo es con respecto al estilo de vida, la personalidad total, que incluye tanto la inteligencia como la afectividad y por supuesto el lugar en el mundo, como uno de los primeros existencialistas prácticos.

De todo esto surge una inevitable pregunta: ¿Si Adler es o ha sido tan importante en la psicoterapia actual, por qué es tan poco conocido o reconocido? La respuesta es obvia, por su generosidad política –sensu pleno- que lo llevó a decir, al margen de los sentimientos o derechos de propiedad, que su psicología era como una cesta de frutas de la

que cada quien podía tomar la que le gustara y hacerla propia y sin reconocer de donde la había tomado.

UN MODELO EN ACCION

Adler gustaba de preguntar, se puede decir que su método era irónico como el de Sócrates (en griego *eironeia* es interrogación. Y la respuesta tenía que salir de cada estilo de vida, el mismo que había creado el síntoma o la desviación social. Su encuadre era variable desde el consultorio clásico a la mesa de los cafés tan frecuentes en la Viena de su tiempo, pero su método era más directivo y responsable que los de algunos de sus derivados. El partía de una originalísima definición y concepción de lo inconsciente “es lo que el hombre sabe pero no comprende, como parte de la finalidad”. Cuando uno de sus pacientes traía el mensaje, el mandato o la palabra fantasmástica, o la programación de la familia, Adler llegó a preguntarle en actitud cómplice y sembradora de dudas para deshacer el entramado neurótico encomendado desde afuera y aceptado por el paciente: ¿Y usted creyó lo que le dijeron? Aquí no era necesaria ninguna interpretación ni señalamiento, al margen de las profundidades del psiquismo, el sujeto pasa a ser libre y responsable, según la insistencia de Dreikurs.

En la psicoterapia, propiamente dicha Adler usó el diálogo, los sueños, los recuerdos infantiles, el conjunto de expresiones verbales y corporales, incluso la posición que usa el paciente durante el sueño, lo que constituye un símbolo de su actitud inconsciente frente a la vida (R. de Becker). Según el romántico Novalis “El alma no es más que la forma del cuerpo” y esto hizo que Adler se ocupara para descubrir la inferioridad hasta de los ínfimos detalles corporales, de este modo fue quien descubrió que los *naevi* (lunares) constituían un aviso de que allí se podía ubicar una neoplasia. El mismo autor (R. de Becker) nos remarca el éxito de la praxis de Adler se encuentra más que nada en el alivio que llevó a millares de enfermos que necesitaban un nuevo *modus vivendi* con la sociedad.

LOS PRIMEROS RECUERDOS INFANTILES

Siendo un adolescente, oí por la televisión argentina al Dr. Ramón Sarró, discípulo y paciente de Freud, quien después de criticar a su terapeuta y maestro (por ejemplo, dijo que en toda su vida Freud vio un centenar de pacientes, de los cuales las mayoría eran médicos, neuróticos todos, psicótico ninguno) le preguntaron sin creía que el psicoanálisis tuviese futuro, él respondió que sí, mientras no quedara prisionero de una “absurda regresión a la infancia”. Lo que no tenía en cuenta el distinguido divulgador de la psicología profunda es que esos recuerdos infantiles, los primeros, son ficciones que orientan todo el estilo de vida. Es decir, la manera de sentir, pensar, actuar de cada individuo y en cada circunstancia.

En nuestra práctica psicoterapéutica de inspiración Adleriana, trabajando con pobres, como él que fue el primero en hacerlo en la Viena burguesa casi decimonónica. Hemos visto una familia muy modesta cuyos hijos menores sobaban en la mesa, demasiado pequeña para albergar tantos hijos y después cuando iba a haber reducción de personal en sus respectivos trabajos sabían que sería los primeros elegidos para el sacrificio. Pero también es válido decir que una vez que se conoce esa ligadura existente entre acaecer cotidiano, la vida, la suerte, ya se tornan más responsables y con posibilidad de elegir. Estos recuerdos

infantiles son la brújula que nos permite entender e interpretar el estilo de vida y sus posibilidades terapéuticas.

ELEMENTOS A VER: CONSTRUCCION, AMBIENTE Y HERENCIA

De las disciplinas genéticas, una de las que indiscutiblemente más ha avanzado ha sido la genética que parece hacernos creer que todo está determinado por la herencia, como antes sostenían las corrientes políticamente reaccionarias según hace notar Titze.

Ansbacher colocó como acápite de su ineludible texto esta cita de Adler: *“No olvidéis el hecho, de la más alta importancia, de que la herencia ni el ambiente son factores determinantes; ambos dan sólo el marco y las influencias a las cuales responde el individuo con su estilo conformado por su poder creador”*. En nuestra actividad docente, en los centros de formación, hemos puesto esta frase para reflexionar acerca de la discusión a veces interminables de qué es más importante, si el ambiente o la herencia. Entendemos que es necesario mirar como hizo Adler en su trabajo de 1907 *“Sobre la inferioridad de los órganos”*, observar atentamente a toda la familia para ver si había una minusvalía orgánica, pero también el ambiente. Ahora sabemos que los nacidos en Bolivia, tendrán menos estatura que lo que determinaría su potencial genético por la escasez de oxígeno en el altiplano. Del mismo modo que lo que carecen de proteínas en la alimentación temprana pagarán un precio de diferencia en déficit intelectual. Es bueno entender que lo que cuenta es la herencia más el ambiente y todo organizado por el estilo creador. Béla Székely siempre recordaba que Adler fue el primero en enseñar que más importante que lo que se trae es lo que se hace con ello.

Obviamente que el ambiente nos presenta normas y gustos, pero dentro de ellos está la posibilidad de elegir. En suma, estudiaremos, el ambiente (no creyendo que sea todo adquirido como pensaba Watson *–“denme media docena de niños y haré de ellos lo que quiera independientemente de sus incitaciones innatas”*- ni como su reedición en Skinner-. No, volvamos al Béla Székely. Estudiaremos la herencia, donde hay partes en las que no somos libres, pero en consonancia con un yo creador. Ese “yo” aunque no tan creador habrá de ser después de Adler el principal objeto de estudio del psicoanálisis freudiano. Aquí las modificaciones van desde Rank que a través de su discípulo Allen nos muestra que un “yo” recibe el impulso y la orientación por parte de otro “yo” con las diferencias individuales existentes, pero también las similitudes y de los vínculos de un individuo con otro, con las pertinentes posibilidades psicoterapéuticas. Adler antes que Ferenczi y sin tener en cuenta de manera extrema la transferencia, manifestaba que el analista, tardíamente ocupa el lugar de la madre.

Es precisamente, con respecto a la transferencia que Becker nos muestra que *“como Adler advirtió con toda claridad antes de que aparecieran las últimas obras de Freud, la transferencia es fundamentalmente, un problema de valor.”* Insiste en que si la transferencia está relacionada con la cobardía, podemos comprender por qué proviene de la infancia, refleja un intento de crear por todos los medios, seguridad y satisfacción, aprender a actuar en su medio y a percibirlo de tal modo que aniquile la angustia. Becker coloca una cita de Silverberg como definición psicoanalítica clásica de la transferencia: *“Indica una necesidad de ejercer un dominio completo de las circunstancias externas en toda su variedad y multiplicidad de manifestaciones. La transferencia puede considerarse un monumento perdurable a la profunda rebelión del hombre contra la realidad y su tenaz*

insistencia, en los caminos de la inmadurez”. Para transformar esa cobardía en coraje, Adler contó algunas veces una fábula de un conejo que llegó a asustar a un perro, para que el paciente tomara el ejemplo.

Allen expresa que para poder crecer, el recién nacido debe tener relación de comunicad (sic) con otro ser. El “yo” no es un peón de ajedrez, movido por factores externos más poderosos que él y que restringen sus instintos primarios. De este modo termina diciendo el autor, indirectamente adleriano (vía Rank), que el “yo” puede ser enfocado no solo como un precipitado, sino como algo que posee la cualidad de la espontaneidad y el poder creador. Esta concepción del crecimiento fundamente una filosofía terapéutica neo adleriana.

También Kohut, señala que el tema la catexia del self es tan amplio e importante que resulta justificado decir que se refiere a la mitad de los contenidos de la mente (citando a Hartman), mientras que la otra mitad son los objetos.

LA PSICAGOGIA Y/O PROFILAXIS

El término parece junguiano, o de Radecki, difundido aquí hace mucho tiempo. Sin embargo es adleriano y significa conducción de la psique. Tiene que ver con el objetivo que se había propuesto Adler acerca de la psicohigiene, esto es transformar al terapeuta en educador. Esa prevención encontró una línea directa en el Río de la Plata en Pichon Riviére que se acercó al psicoanálisis por la pedagogía es decir, por la lectura de Adler según cuenta con mucha honestidad intelectual en uno de sus últimos libros el psicoanalista argentino Emilio Rodríguez.

Reich también entendió el concepto, contra Freud, que creía que a pesar de que se cambiara el contexto y la educación la neurosis no cambiaría. Pero también hay que tener en cuenta que la neurosis no es un fenómeno exclusivamente negativo sino que evidencia según Raymond de Becker una realidad positiva que se trata de descubrir. Sería demasiado largo enumerar a los clínicos que después de él sostienen o desarrollan lo mismo, desde diversas perspectivas.

La psicagogía también está relacionada con la formación de psicoterapeutas y es una parte ineludible de los buenos análisis didácticos. Esto está estrechamente vinculado con la confianza, elemento sobre el que se basa la relación terapéutica. Adler no aceptaba trabajar con candidatos a la formación donde la confianza se hubiera perdido.

LOS SENTIMIENTOS

Antes que otra cosa conviene aclarar que sería más preciso hablar de “sentimiento de inferioridad” que de complejo que pertenece a otra teoría.

Cualquiera que interprete un sueño o cualquier manifestación humana sabe que lo más importante es el sentimiento que acompaña a la circunstancia. Los sentimientos son lo que determinan lo que en algunas corrientes se denominan complejos, traumas y hasta inteligencias, como en el caso de Gardner y Goleman.

Es necesario observar el sentimiento de inferioridad, compensado o no que es una característica patognomónica de todo neurótico. Puede ir desde considerarse lo peor del mundo y ahí recibirá el sambenito de depresivo o el mejor del mundo y aquí siempre habrá alguien dispuesto a tipificarlo de megalomaniaco o paranoico. Ambos tienen su lógica

privada. Adler en su postura ética y de colaboración con la humanidad nunca postuló que pudiera ser mala una exacerbación del sentimiento de comunidad. Más aún, enseguida de la primera guerra mundial empezó a insistir en la necesidad de estimular ese sentimiento, haciendo ver que siempre es posible colaborar con la humanidad. En los trances difíciles que se podría llamar de resistencia o transferencia negativa él llamaba a ver si realmente había existido una colaboración. Acá está explícita una ética y una axiología. Cuenta Titze que cuando de vuelta de la guerra, sus discípulos ansiosos discutieron tal concepto, Adler replicó, sí eso es lo que necesita el mundo, un sentimiento de comunidad. Bueno, siempre lo necesita el paciente, sin duda alguna. El sentimiento es la clave que acompaña y decide toda situación cognitiva, afectiva o activa. Podemos preguntarnos como nos sentimos frente a la pareja, al trabajo, al estudio, a la alergia....

LA PROGNOSIS CONCENTRADA CON LA DIAGNOSIS

Adler había ideado, al igual que Pigem Córdoba, más tarde, una serie de preguntas diagnosticas que permitían ver el estilo de vida y los puntos de estancamiento. Algunas de ellas fueron recogidas en el famoso cuestionario de la Asociación Internacional de Psicología Individual, otras fueron retomadas por Otto Rühle en su libro "La psique del niño proletario".

La primera pregunta que es la base del test desiderativo, que también ha servido para emprendimientos terapéuticos breves, consiste en averiguar qué sería el paciente si no fuera un ser humano, pudiendo elegir lo que le parezca. Aquí es necesaria la interpretación o reducción.

Son varios los autores que tienen consonancias con Adler a la hora de buscar el ambiente primario pero poco los que tienen en cuenta las primeras reacciones frente a ese ambiente. Ivan Pavlov dividió las grandes comunicaciones entre primer y segundo sistema de señales, donde el primero es puramente ambiental (el frío o el calor de la habitación, la humedad, los sabores, etc.), y analistas transaccionistas preguntan ¿Qué le parecía el mundo cuando era pequeño?, preguntas que semejan un desarrollo del trabajo de Otto Rühle.

La otra, que es la más aventurada simplificación diagnóstica es averiguar después de saber el motivo de las quejas (no siempre coincidente con el motivo de consulta, qué haría si no tuviera tal o cual síntoma o contrariedad. Por ejemplo que haría si no fuera impotente, por decir algo, aquí la respuesta puede ser: me casaría, es precisamente eso lo que el paciente está tratando de evitar. Por eso se llama la pregunta de la evitación. Esta pregunta siempre es prospectiva, por ejemplo "¿qué haría si volviera a nacer?" o "¿qué quisiera ser si volviera a nacer?" Para los niños es útil formularla de esta manera: "¿Qué quieres ser cuando seas grande?" Es visible la gran simplicidad aparente de la psicología adleriana. Pero como el modelo es artístico, vale decir no es en absoluto mecánico, requiere de grandes condiciones del terapeuta. Si el estilo de vida o la neurosis son obras de arte, el desmantelamiento de la misma y el encuentro consigo mismo de un minus a un plus también es una obra de arte.

FORMULAS NEUROTICAS O PSICOTICAS

La neurosis es un conjunto de conductas y sentimientos para evitar determinadas responsabilidades, cuando se trata de evitar todas las responsabilidades podemos usar,

siempre metafóricamente, la categoría de psicosis. No debemos olvidar que Kunkel nos enseñó que esos son meros indicadores de “un proceso que puede ser intuido pero nunca comprendido.”

Didácticamente, Ansbacher explicó que la fórmula neurótica es **Si....pero**, el “si” representa el sentido común y el “pero”, la lógica privada. Tanto la neurosis como la psicosis son un predominio de la lógica privada frente al sentido común y es en la psicosis donde prácticamente se extingue en aras de la lógica privada. Para que esto se dé son necesarios los llamados “arreglos” o elementos que llevan a una solución acorde con la identidad del estilo de vida. Coloca una situación de un familiar y paciente que sufría de continuas migrañas y debió señalarle de esta manera por donde podían andar los contenidos inconscientes: “Nadie sufre sólo de migrañas”.

Así como es posible mantener determinados rasgos físicos durante toda la vida. De la infancia a la muerte, es posible mantener rasgos psíquicos que conforman el carácter. Quien a los cuatro años tiene problemas interpersonales en el jardín de infantes a los cuarenta evita las relaciones sociales, según tan eficazmente ejemplificara Jaime Bernstein en su valioso prólogo de “El carácter neurótico”.

Como Adler sostiene la idea de la unidad de las neurosis, la diferencia entre una y otra es cuestión de grado, vale decir es más cuantitativa que cualitativa.

EL NIÑO VIOLENTO

Está estrechamente vinculado con el adulto violento, sin caer en tipologías es sostenible decir que los niños acusan una inclinación a la incuria cuando han perdido la fe en el porvenir, al haber sido convencidos de su menguado valor para los otros. Lo más temido es dejar ver su inferioridad y antes de ponerla de manifiesto o reconocerla, prefieren ser tratados como haraganes o más aún, están dispuestos a sufrir castigos

EL FUTURO VERSUS EL PASADO

Algunos analistas transaccionales han manifestado que Freud de había olvidado del futuro en la construcción del síntoma o de la “enfermedad mental” toda. A Adler, hombre muy optimista, le gustaba decir: “al pasado ya lo perdiste, ahora te queda el futuro”. La neurosis tiene más un *para que*, que un *por qué*. Esto permite la anticipación del sujeto paciente como del sujeto terapeuta que se adelante porque los derroteros están insinuados en todas las manifestaciones del carácter o estilo de vida. Cerca de donde estoy escribiendo hay un original grafitti que dice: *La melancolía es un estilo de vida*. Es un buen epítome de psicología adleriana. Nos recuerda al Dante cuando habla de los que “viven la dulzura de la melancolía y gimen eternamente entre suspiros”.

El muy conocida la anécdota de los dos soldados a los que le amputaron un brazo a cada uno el mismo día. Adler los vio tiempo después y uno de ellos, angustiadamente vivía de la asistencia pública y se consideraba algo así como el más desgraciado de los hombres, el otro había constituido una familia, trabajaba y se sentía feliz. El hecho, o el trauma es exactamente el mismo, lo diferente es la interpretación subjetiva que de él se hace. La neurosis o el error es la explotación del shock que desde un estancamiento en el pasado tiñe todo el futuro.

MÁS SENTIMIENTO DE COMUNIDAD

Adler no se cansaba de insistir en la necesidad del sano colaborador. Podemos pensar en las coincidencias que pudo haber tenido Vigotsky con Adler desde su constructivismo social tan útil para elaborar una teoría del aprendizaje. La conocida zona del desarrollo próximo, como área de trabajo en colaboración con alguien más capaz, sirve para ayudar tanto al aprendiz como al enseñante. ¿Será por eso que algunos del Zen, dicen, cuanto más insisto en ayudarte, más insisto en ser ayudado? Para ello también elaboró una subtécnica grupal consistente en la “confesión en tercera persona”, lo que constituye una experiencia para el grupo y también para mejorar el que realiza la confesión. Le es posible de alguna manera tomar distancia afectiva, para después retomar el encuentro con los afectos y los hechos. Ya hemos visto que no son los hechos “objetivos” los que nos vuelven neuróticos o psicóticos, sino la interpretación que hacemos de los mismos. Sobre este punto, no discutía, sentenciaba: “Ni usted ni yo podemos cambiar los hechos, pero ambos sabemos que cuando los hechos son estudiados a fondo, se ven de manera diferente”.

Erickson, maestro de paradojas de de terapias para solucionar problemas, le prescribió a una anciana paciente que hiciera muchas plantas de violetas de los Alpes para obsequiarlas a los enfermos de su comunidad, lo que le valió ser más aceptada y estar menos sola. Aquí Erickson, quizás sin saberlo, usaba una idea adleriana acerca de la necesidad de incrementar la cooperación o el sentimiento de comunidad. Es de destacar que hasta sus adversarios sostenían que Adler simpatizaba con todo aquel que quisiera transformar la sociedad.

Adler usaba frecuentemente las paradojas en sus tratamientos y citaba y parafraseaba a Spinoza: “Tout comprendre c´est tout pardonner” y “Tout comprendre c´est rien pardonner”.

APORTES DE “EL CARÁCTER NEUROTICO”

Esta obra es la que según sus editores es la carta de independencia de la psicología adleriana y para nosotros un compendio implícito de la teoría de la técnica, donde están presentes multiplicidades técnicas, mucho antes de que Kunkel sobre la misma línea manifestara que “una sola técnica es un error de técnica”.

En este libro de Adler, a quien no le gustaba hablar de sí mismo, decía “mis dificultades me pertenecen” y según Jung era un introvertido, porque nunca publicó su clínica es decir su propia vida, aunque cuando lo juzga apropiado, a manera de amplificación cuenta alguna de las circunstancias de la vida y de cómo reaccionó. Jung explica que reaccionó e interpretó como un introvertido, en oposición a Freud que era un extravertido. Es necesario aclarar que en sus propios “Tipos psicológicos” y en un reportaje tardío aclaró que esas clasificaciones carecen de relevancia, como todas las clasificaciones, aquí en el sentido adleriano del término les dio una valor instrumental y transitorio, de andamiaje (*scaffolding*) diría Bruner.

Decíamos que desde la obra del subtítulo, es significativo ver, a los efectos terapéuticos las *borrascas* de una vida y cómo se reaccionó frente a ellas, y como reaccionó la constelación familiar. Cuando Adler escribe la obra que nos ocupa, tenía 42

años y se encontraba en plena crisis, con problemas familiares y rompiendo con el *psicoanálisis freudiano precambio* (queremos decir el cambio que experimentó el propio psicoanálisis). El libro es una protesta con las connotaciones luteranas del término. Las autoridades luteranas, frente a los embates del Emperador Carlos V deciden hacer un manifiesto (*protestare*) es decir, dar testimonio a favor de sus creencias. No significa en ninguno de los dos casos una reacción contra otro sino a favor de uno mismo. El tema es hartamente psicológico y no fisiológico, donde el autor también era un entendido, pero como señala el prologuista, fue una mala elección para obtener el Privat Dozent, en oposición a Freud que eligió un tema exclusivamente neurológico. Además pesó en contra de Adler su posición política socialista. Estos datos simplemente para explicar lo que Lidia Sicher llama en su discurso conmemorativo “una mala inteligencia”, que hoy se llamaría y mal marketing que hizo que la psicoterapia de Adler haya haciéndose en algunos momentos cada vez más desapercibida y más copiada y mal copiada por diversas corrientes o en el mejor de los casos, tardíamente, redescubierta.

Desde esta obra se nos enseña a ver cada rasgo como integrante de una totalidad (holos), a las explicaciones fisiologistas del modelo médico, se oponen las explicaciones psicológicas. Por eso en vez de quedar reducido a instintos o pulsiones es la totalidad de la persona, o el individuo (individuum, indiviso, indivisible, como manifestó hasta el cansancio). Pero también en lugar de temperamento concepto de la psicología decimonónica que Adler rechazaba opone el carácter o más precisamente el estilo de vida. No sé si Adler alguna vez tuvo como Rank, la idea de que alguien rescribiera sus obras, posiblemente hubiera sido mejor titular a ese compendio de psicología y psicoterapia originales: El estilo de vida neurótico.

Una de las grandes enseñanzas que lega esta obra es que la neurosis o el estilo de vida es para el que lo vive una manera de situarse frente al mundo, más aún para él es la mejor manera y el trabajo de la psicoterapia consiste en hacerle ver, habilidad y conocimientos del terapeuta como instrumentos, que esa elección fue errónea y más errónea es todavía mantenerla. Pero los cambios pueden ser varios. Para no ser dogmático u absolutista gusta decir: “todo puede ser de otra manera” o “todo cuanto estoy diciendo en este momento, puede ser completamente diferente”, como se puede ver, lo decía también en relación a sus propias afirmaciones, interpretaciones y su teoría en general.

Esta obra es la carta de independencia de la nueva psicología, en ese momento desafortunadamente llamada individual porque se trata todavía a equívocos, aún políticos, cuando Adler fue una mente abierta y de avanzada que creía en el progreso de la humanidad y en el sentimiento de comunidad como base de una mejor convivencia y antídoto de las neurosis y las psicosis

El término “carácter” es un derivado del griego *charasso* que significa tanto grabar, como acuñar o tatuar, pero ahora sabemos que hasta los tatuajes se pueden cambiar, lo que implica salir de un paralogisma conservador, ya identificado por Stuart Mill (“lo que siempre ha sido, siempre será”).

UNA AYUDA CON LA ORDENACION DE BERNSTEIN

- a) Precocidad: El estilo de vida se forma antes de los cinco años, de ahí que tengamos que sondear ese nada fácil período, con su respectiva amnesia interesada y la posibilidad de los cambios que se van dando en los recuerdos. Quizá intuyendo esto,

los griegos pensaron que Clío, la musa de la historia, esa la menos sería de todas las musas.

- b) Finalidad: El estilo de vida está formado para alguien (el propio Lacan dice que la primera palabra antes de significar algo, significa para alguien. Las explicaciones más útiles son aquellas que nos dicen para qué en lugar de las que nos dicen por qué. Esto es como en el mito bíblico donde la mujer de Job fue convertida en estatua de sal por mirar hacia atrás, o como los transaccionistas dicen: se juega a la arqueología. Siempre hemos señalado que una de las causas de la efectividad de la terapia adleriana es que mira hacia delante, hacia el futuro. “Al pasado ya lo perdiste, dijo alguna vez, Adler, ahora te queda el futuro”. Y está demás señalar que el propio presente y la insistencia de vivir el presente también es relativa porque el presente pronto será pasado.
- c) Unicidad: Es único y presente en todos los rasgos, tiene una coherencia interna y si no la vemos es porque existe algún tercer elemento oculto, arreglo (*arrangement*).
- d) Continuidad: No se interrumpe como el torrente del pensamiento en William James, de la cuna a la sepultura, salvo que venga una nueva fuerza que nos haga ver lo erróneo de nuestros sentimientos y nuestras conductas y entrenamientos.
- e) Social A lo largo del artículo hemos insistido toda relación humana es vincular por lo tanto social, nadie vive solo como Robinson Crusoe en su isla. Lo que es diferente y modificable con los grados de colaboración o de inmersión en la sociedad. Hubo un período del medioevo en que estaba de moda aislarse, pero hasta cierto punto, es por eso que Anatole France escribe: “En esa época el desierto estaba lleno de anacoretas”.
- f) Particularidad: Esta característica nos lleva aceptar la diversidad, cada caso cada individuo es único. Si los síntomas psiquiátricos *son basura* como manifestó Adler en una conferencia a un grupo de psiquiatras, las clasificaciones, entran en la misma categoría, es más importante cada caso que todas las clasificaciones o taxonomías o nosografías, por ello varios de los integrantes del torrente de la antipsiquiatría se han amparado en Adler para decir como Cooper: La palabra psicopatología, debe llegar a ser la más obscena de las palabras.
- g) Creatividad: Todos somos artista, unos más fallidos que otros pero todos hemos creado nuestro estilo de vida como respuesta al ambiente y a la herencia. Y si hicimos algo para construirlo, al decir de Allen, podemos hacer algo para cambiarlo. De acuerdo con los fines, o el ficcionalismo, y el afán de superioridad, sentado sobre un sentimiento de inferioridad, el carácter es perfecto, pero cuando uno empieza a entender lo que sabe, lo cambia, porque también cambia la finalidad. Esto es, terapizar el estilo de vida.

ALGUNAS IDEAS CLAVES

a) La compensación (*Al. Compensation*)

En sus conversaciones póstumas con Jung, dice Van Der Post que Jung le manifestó que Adler había tenido una sola idea importante, la de la compensación, esta idea va a pasar a ser piedra basal de la psicoterapia junguiana y en especial en la interpretación de los sueños. También es bueno destacar como decía Brachfeld que “no todo es hostilidad dentro de las corrientes de la psicología profunda” ya que el mismo Brachfeld tradujo “La teoría del psicoanálisis” de Jung.

Precisamente el año próximo (2007) se cumple un siglo de la publicación de los “Estudios de la inferioridad de los órganos”, allí está esbozada una línea terapéutica todavía vinculada a los aspectos orgánicos y se citan casos como el de Demóstenes que con voluntad venció su tartamudez aumentando los obstáculos, esto es provocando la sobrecompensación, lo que implica un fortalecimiento en la misma área de la minusvalía, pero cuando se da en otra se trata de compensación propiamente dicha.

En “Estudios sobre la inferioridad de los órganos” es donde Adler se manifiesta como médico y terapeuta en el sentido más amplio y responsable. Una niña tuvo varias veces una accidente en la córnea (no olvidemos que antes había estudiado y desempeñado como oftalmólogo). No le alcanzó con ver a la niña y revisarla orgánicamente y conjeturar interpretaciones sino que observó a toda la familia, para tener en cuenta, la herencia, el contexto y evitar extraer conclusiones apresuradas o formular interpretaciones forzadas. En esa obra postulo, como pionero de la medicina psicosomática que es fácil comprender que hasta las habituales exigencias de la vida y de la civilización pueden manifestarse de manera nociva en el nivel de estos puntos críticos *locus minoris resistentiae* (lugar de menor resistencia). Además de los “gigantes blancos o negros” de su discípulo Kunkel, vio que para poder crecer. Pero si eso no se dio para repararlo está la psicoterapia. Grotjahn explica y con ello le da más solidez a los postulados adlerianos que “los conceptos sobre la inferioridad de los órganos constituyen un desarrollo del principio postulado por Claude Bernard (1813 - 1878), de que un órgano tiende a mantener la constancia dentro de su medio interno, concepto que fue ampliado más tarde por W.B Cannon en su principio de la homeostasis. En 1907, Pierre Janet proponía en Francia ideas similares a las de Adler en su “Sentiment d’Incompletude. Freud respetaba algunas de las concesiones de Janet y consideraba que la contribución de Adler al tema de la inferioridad orgánica constituía una “obra valiosa (confiaba en que eventualmente Adler incluiría en sus investigaciones) los fundamentos biológicos de los procesos instintivos”. Pero la vida los separó y bifurcó dos praxis psicoterapéuticas.

Collin Wilson especifica que Freud tomó de Adler en “La civilización y sus descontentos” la idea de que el hombre debió convertirse en un animal social para compensar su inferioridad orgánica.

Las compensaciones puramente psíquicas son las más frecuentes. Según un ejemplo de Tompson, una niña que oiga a su madre quejarse de la simpleza o inferioridad de la niña puede llevar a esta a fantasear o creer que es una princesa. O como ahora está en boga, la creencia en la reencarnación, una persona muy pobre y desvalida puede creerse que en otra vida fue un personaje importante.

Es de destacar que según Proffoff, con sus propias comprobaciones clínicas y las teorías de los terapeutas franceses como Pierre Janet, Adler llegó en forma

independiente a su punto de vista de que la compensación (tanto orgánica como mental) se produce por debajo de la línea de la conciencia.

b) La línea directriz (*Al. Leitlinie*)

Muy claramente Progoff nos resume que muy claramente la psique se ve arrastrada hacia un objetivo personal al que ve como la “perfección” aunque no pueda describirlo por adelantado ni dar las razones de por qué lo busca. “El hombre sabe más de lo que comprende”, era una de las mejores definiciones del inconsciente que usó Adler. Nos lleva hacia delante un principio interior que nos guía hacia donde no podemos ver. Se falsea, dice Progoff, cuando se pierde contacto con ese principio y se cura cuando se vuelve a él.

c) El afán de superioridad (*Al. Uberlegenheitsstreben*)

“Toda forma psíquica expresiva se presenta como un movimiento que lleva de una posición inferior a otra superior”, dice Adler.

Muchas veces constituye una compensación al sentimiento de inferioridad, allí encontramos una de las causas de las llamadas “neurosis de abandono. Odier señala el vínculo que existe entre el sentimiento de inferioridad y las neurosis de abandono, así como otros podrán ver allí una de las causas de lo que ahora podríamos llamar “neurosis de inseguridad”, ambas tienen su etiología en lo que Odier llama la “pérdida del sentimiento de valer”. Para este autor, la tesis fundamental en el síndrome de abandono, toda la fenomenología está en función de la pérdida del objeto-autoridad, y en el síndrome de inferioridad, de la pérdida del sentimiento de valer propio, (autoestima, se dice ahora frecuentemente), o del derrumbe de la creencia en el propio valer. Ambos aspectos son “síndromes del yo”.

Ad majorem gloriam Dei era la divisa de Loyola (parafraseada por Adler) como Ad majorem gloriam suam: Loyola era el enemigo (o el complemento?) de Lutero, es un mal negocio vivir exclusivamente para uno mismo y sin tener en cuenta a los demás, Hans Trueb señaló que un yo para ser tal necesita el vínculo sano con otro yo y Laborit llega a afirmar “somos los otros”. Ningún hombre es una isla, porque está formando parte de la humanidad para explicarlo con las palabras de John Donne que puso al comienzo de su novela sobre la guerra civil española: “Ningún hombre es una isla, es un pedazo de continente, no envíes pues a preguntar por quien doblan las campañas, doblan por ti”. Por eso mismo Wilde manifiesta que el fenómeno del Cristianismo el haber dado al hombre una gigantesca y panteísta personalidad, lo que le hacemos a los otros nos lo hacemos a nosotros mismos.

El afán de superioridad es el anverso del sentimiento de comunidad. El neurótico se crea una superioridad ficticia, un paciente nuestro muy pobre se sentía muy importante y otro que le iba mal en sus estudios decía “si yo me pusiera sería el mejor”, pero era justamente eso lo que temía, ponerse a prueba y llevarse un chasco donde apareciera en carne viva su sentimiento de inferioridad.

d) La voluntad de poder (*Al. Wille zur Macht*)

El sentimiento agresivo que pasa a ser la base del “superyó” freudiano ya había sido postulado por Adler y es bueno ver que en el caso Juanito en la primera edición Freud consideró que “los sentimientos agresivos y hostiles del niño eran manifestaciones de “propensiones agresivas”, lo que parece una notable confirmación de las ideas

adlerianas” (M.Grotjahn). En la misma obra se ven los aportes de Adler a los llamados mecanismos de defensa, tan eficazmente explicados por Ana Freud. Veamos la “confluencia de impulsos” (si lo citamos aquí es por un posible utilidad terapéutica puesto que Adler no necesita defensores de su originalidad), por ejemplo de impulsos sexuales y agresivos estos siempre están subordinados a los primeros “Adler sugirió que los impulsos pueden transformarse en su opuesto, por ejemplo que el impulso escotofílico puede convertirse en conducta exhibicionista y también que un impulso puede volverse contra el propio yo. Freud adoptó más tarde estos dos principios en relación con los instintos, dando al primero el nombre de “formación reactiva” y al segundo “vuelta del instinto sobre sí mismo. Ana Freud describió ambos mecanismos como defensas yoicas básicas”.

e) El arreglo (*Fr, Arrangement*)

Es un constructo más tangible que la “solución de compromiso de Freud, elaborada asimismo más tarde que Adler. El arreglo es un conjunto de actitudes y afectos destinados a dar seguridad y mantener el estilo de vida. En “El Carácter Neurótico” y en “Teoría y práctica de la psicología del individuo” se habla del “arreglo de los síntomas” del “arreglo de las ideas obsesivas” el “arreglo del insomnio y de las náuseas”, “el arreglo de la pereza (yo sería el mejor estudiante o el más inteligente si no fuera tan haragán (cfr., con ¿cuál es su si al menos favorito? de los transaccionalistas.

f) La protesta viril (*Al. Manlicher Protest*)

Consiste en la tendencia a ocupar un papel dominante (arriba) masculino, en oposición abajo (femenino) tendencias que están en nuestra cultura y más acentuadas aún en la época en que Adler escribía. Se da en ambos géneros y frente a una necesidad de compensar un sentimiento de inferioridad. Según Adler está presente en todas las neurosis, puesto que no hay neurótico sin “rasgos femeninos” y la consiguiente lucha contra ellos. Es una reacción frente a todo lo que pueda considerar inferior o “blando” (von Perfall).

g) El interés social (*Al. Sociales Interesse*)

Eficazmente, Proggoff, sin hablar de “socioterapia adleriana”, como lo hace R. de Bercker, nos presenta que es uno de los postulados mayores del ser humano “sano” y que el propio Jung comenzó su trabajo con una concepción muy similar a la de Adler con respecto a la naturaleza social del hombre y la estrecha relación entre naturaleza y sociedad y también Otto Rank, en sus obras póstumas trabajó sobre una concepción social del hombre muy similar a la de Adler y la desarrolló de una manera muy original al trazar los contornos de una psicología social profunda.

h) La aceptación de la realidad con una cuota de imperfección

Le llamó la atención que algunos neuróticos querían ser siempre los mejores en todo o en una situación obsesiva se dedica a buscar la perfección y señaló que era imprescindible ser más tolerante con el mundo exterior y con uno mismo.

Pero con respecto a la realidad, volvamos a Séneca quien decía, y Adler puso como acápite de “El carácter neurótico”: “Todo depende de las opiniones, uno es tan desgraciado como cree ser”. Pero con respecto a las teorías del trauma Odiar remarca que un peligro imaginario abre la puerta al pensamiento prelógico y que sobre el plano

mágico la angustia que determina el sentimiento de peligro es más intensa que un peligro que se pueda inspirar sobre el plano real, es para Adler la “angustia absoluta”. Una desgracia imaginada es una desgracia sucedida. El inseguro es aficionado a los peligros y su impotencia, esto es para el autor citado, “la segunda relación genérica que Adler descubrió brillantemente”.

i) El paciente que se quiere ir

Algunos le llaman resistencia, como ya dijimos, él podía ser capaz de alentarla y llegarle a señalar “yo mismo le podría dar mejores argumentos para dejara, pero es necesario saber si entre nosotros existe verdadera colaboración”. Colaboración aquí es la clave como en otro tiempo cuando para el psicoanálisis todo giraba en torno al complejo de Edipo y Adler fue el primero en postular dentro de la psicología profunda un paradigma no edípico, ni como dice Jacobi, lo que para los freudianos es el complejo de Edipo, para nosotros lo es el número cuatro (el arquetipo de la cuaternidad) sin desacreditar esas posturas, creemos que es más operante y más rápida la apelación al sentimiento de comunidad. Siempre hubo un llamado a la acción y a la responsabilidad, llegó a puntualizar: “Ahora que está descubierto lo que hay que hacer, no se debe seguir discutiendo”.

Hay sujetos que quieren ser los mejores en todo, a estos Adler algunas veces los “desarmó” diciéndoles, “el verdulero de la esquina sabe mucho más de legumbres que yo y eso me importa muy poco”.

Cuando vio algunos quejosos, de esos a quienes nada la viene bien y no quieren cambiar ellos ni las condiciones externas (de otro modo que no son ni autoplásticos ni aloplásticos) sabiendo que no llegarían al suicidio les dijo “uno tiene que aceptar las cosas como son o pegarse un tiro”. Claro que no es para cualquier terapeuta poner en práctica tamaña audacia y seguridad.

j. Las grandes tareas de la vida

Según Adler son tres y tienen que ver 1) con el contacto social, 2) con el trabajo, 3) con el matrimonio y la sexualidad. Estas tres tienen que estar resueltas como condición previa para un equilibrio de la personalidad. Inclusive agregó una cuarta: el arte.

ALGUNAS PREGUNTAS Y SUS RESPUESTAS

Según Proffoff las preguntas que Adler se autoplantea son: ¿Qué es lo que el organismo se esfuerza por realizar? ¿Qué es lo que le está exigiendo a su psique que haga? ¿A qué inferioridad está tratando de sobreponerse? ¿Cómo marcha el problema de la compensación de su debilidad? Y ¿Cómo está relacionado con la comunidad en su inferioridad y en su tentativa de compensación? Proffoff insiste en que lo importante no es diagnosticar la neurosis sino descubrir el sentido y el propósito que se hallan detrás de la misma. La finalidad de Adler era ayudar al organismo en la restauración de sus potenciales autocurativos y para ello identificaba el sentido subjetivo vital que se había derrumbado para el individuo y determinar las razones por las que se había vuelto incapaz de seguir actuando.

SINOPSIS DE UNAS INDICACIONES (ABIERTAS, VAGAS E INCOMPLETAS)

En un artículo rescatado por Ansbacher, Adler se refiere al tratamiento. No es un recetario ni una guía fija para seguir al pie de la letra. Son indicaciones de la madurez de un maestro de la psicoterapia. Esas recomendaciones en su tiempo daban eficaces resultado y pueden seguir dándolos, pero son imprescindibles la habilidad del terapeuta y una sólida formación. Nos atrevemos a decir que esa formación ha de ser ecléctica porque esta es la única que nos permite visualizar un amplio panorama de las psicoterapias comparadas y saber desde allí donde estamos situados.

En el artículo de marras, improvisado, pero con el trasfondo de una rica experiencia, Adler nos presenta de un modo fresco su modo de hacer psicoterapia. Las primeras anotaciones de Ansbacher también nos orientan, en especial en el fenómeno de la transferencia, que aquí no tiene las mismas connotaciones que en el psicoanálisis freudiano. Es ni más ni menos que la repetición de conductas, sentimientos y situaciones y el señalamiento o la reducción del terapeuta de los elementos capaces de provocar el *insight*, y por consiguiente el abandono de esos viejos hábitos que habrán de ser reemplazados por conductas más útiles y también acordes al estilo de vida.

Adler empieza citando a San Agustín, el santo del cambio y de la tolerancia-porque se cambió a sí mismo) así como en amplificaciones de literatura citaba a Dostoiewsky, el genio de las contradicciones.

Cuando leemos el artículo, resulta evidente que al autor le resulta más fácil hacer terapia que hablar de ella., por eso dice con San Agustín: “Cuando no me preguntan sé, cuando me preguntan no sé”.

Sus postulados son muy abiertos y empieza desde la superficie, aún siendo la suya una psicología profunda. Lo primero que recomienda trabajar es en la reducción de los síntomas a los que directamente califica de basura, de allí se colige que las clasificaciones si bien en algún momento son útiles pronto, serán desechadas y desechables. Digamos a modo de paréntesis que Mary Barnes y Joseph Bercke en su “Viaje a través de la locura”, le piden al Dr. Ramón Sarró que les prologue el libro y allí ilustrativamente se explaya de una manera antiadleriana que hace quedar bien de manifiesto la explicación que queremos dar.: Dice: ¿Por qué no prestó usted más atención al diagnóstico diferencial? El mismo padre de Mary, con ser profano, le preguntó si creía usted que se trataba de un trastorno *maníaco depresivo* o *esquizofrénico*. En otro lugar, por su cuenta piensa en la *histeria* y la desecha. Ya sé que ustedes dan poca o nula importancia a los diagnósticos. Creen ustedes que son *posturas*, trayectorias individuales a partir de ciertas situaciones insostenibles. Aún aceptando esta tesis ¿no cree usted que convendría matizar? Aunque usted llama desviaciones a lo que otros definen como enfermedad, reconocerá que son sendas distintas. Precisamente si se admite como usted que son **“estilos de vida”**-así hablaba Alfred Adler-elegidos inconscientemente a partir de un momento de la biografía, es esencial atender a diferencias básicas”. Los comentarios son obvios y la posición de Sarró nos reconfirma en el camino (también método en el sentido griego) de Adler.

En el lenguaje actual, diríamos que Adler buscaba minimizar los síntomas, que el neurótico (palabra metáfora, indicadora de un proceso que puede ser intuido pero nunca comprendido, al decir de Kunkel). No se trata de la postura ingenua de los terapeutas

novatos que llegan a decirle al paciente: “No piense más en eso”, que como es sabido es el primer camino que intentó el paciente antes de acudir a la consulta. La estrategia tiene que ser más sabia, sutil, persuasiva y encajar en el estilo de vida para no ser rechazada como un trasplante. También acostumbraba a citar a Lutero: “No hay que mirar la cara sino los puños del interlocutor”. No sólo está presente la atención del lenguaje no verbal sino su lugar en la historia de la psicoterapia, Adler se perfila como el gran reformador del psicoanálisis. Siempre consideró a diferencias de los conductistas y de los “tratamientos sintomáticos” que es inútil curar el síntoma, porque el individuo siempre encontrará otra coartada (arreglo), más útil que eliminar el síntoma es infundirle valor al paciente.

Dentro de la estrategia está el compartir las responsabilidades de “la cura” con el terapeuta, donde el más responsable es el paciente, pero el terapeuta no puede ser irresponsable, ni neutral “lo que se necesita es un terapeuta comprometido” explicó Laing más tarde

Adler describe escuetamente el tratamiento de la melancolía y el momento en que hay que dejar de escuchar para comenzar a actuar y de la amabilidad con que este señalamiento debe realizarse, también hace hincapié en los que vienen de otras terapias con un libreto de racionalizaciones que sólo permiten el mantenimiento de los síntomas. Allí se pudo llegar a poner duro, manifestando: *“Ahora no le voy a escuchar porque usted está perturbando nuestra cooperación”*.

Desde las primeras entrevistas se apunta a la libertad y al desencuadre, no olvidemos que Adler llegó a tener sesiones en un café, cigarros mediante, costumbre no cuestionada en ese tiempo tener la posibilidad de elegir el lugar donde sentarse, lo que es interpretable en términos de colaboración o distancia afectiva, para ello el mobiliario está distribuido de una manera no convencional.

El tiempo que Adler dejaba hablar sin interrumpir al paciente es difícil de calibrar, porque podría interrumpir prestamente o dejar hablar tres horas seguidas, para durante “una pausa respiratoria” (recordemos la vieja hipnosis como antecedente de la psicoterapia) intercalar una reducción o un señalamiento.

Se muestras muy hábil en las preguntas indirectas, aconseja por ejemplo no decir “hábleme de su infancia” sino preguntar más vagamente o ambiguamente como una lámina proyectiva: ¿Cómo eran sus padres? ¿Eran nerviosos?

Recomendaba, y lo seguimos haciendo, averiguar cuántos hijos eran, qué lugar ocupaba en la serie de hermanos y el favorito de quien era. A esta altura del “interrogatorio” o “anamnesis” si tenemos la suficiente formación y habilidad, conocemos bastante del estilo de vida y estamos en condiciones de comenzar a terapizar.

Dentro de la serie de hermanos, Adler puntualizó que el mayor presenta rasgos conservadores, una inclinación a transigir, a pactar con el poder, el siguiente, si es del mismo género que el primero piensa más que nada en la lucha y trata de derribarlo todo y por lo común, el menor se aleja de su origen, sobrepasa a los otros, o se convierte en abiertamente indolente.

Una pregunta un tanto ingenua, en apariencia, puede ser reveladora de un contexto y de una historia de vida. ¿Era un niño bueno o malo? Una de las personas que trabajaba con nosotros nos expresaba su angustia de sentirse desde la infancia, irredimiblemente mala, porque el día de su primera comunión (en verano) se negó a abrigarse por debajo del vestido de fiesta, como lo pretendía una madre abusiva.

Dentro de la reducción de los síntomas, podríamos hablar de un ítem: los niños y la noche, considerándola como el gran receptáculo de los miedos y los síntomas como la enuresis y la onicofagia.

Vista la psicoterapia como una disciplina conjetural, según el autor que nos ocupa, es necesario hacer “resonar” los primeros recuerdos con los demás indicios. Encontraremos aquí los síntomas como un gran “montón de basura” (sic) que usa el paciente para esconderse y salvaguardar su superioridad ficticia, por ejemplo un profesora de secundaria cada vez que tenía que tocar el piano en una fiesta patria tenía un terrible dolor de cabeza. Este síntoma le servía como arreglo para ocultar a los otros y a sí misma su condición de mala ejecutante y mantener su status a través de un “si no fuera por la cefalea yo presentaría la mejor ejecución. Este aporte también ha sido recogido por otras corrientes como el análisis transaccional que en un cuestionario conocido preguntan: “¿Cuál es su si al menos favorito? Insistía en que “no se deben tomar demasiadas precauciones en la vida, que coraje es la única precaución que de debe tomar”. En lo que se ha dado en llamar “cinismo comparativo” siempre previno contra los falsos sufrimientos “de los que nos vienen las peores dificultades”. “Mamá -le escribe en su carta póstuma una joven suicida a su madre- no me enseñaste que se necesitaba coraje para vivir”.

Así como un buen análisis se cierra (si es que lo hace) con una buena síntesis, una psicoterapia al estilo original de Adler culmina con una ampliación de la capacidad de cooperar con otros, esto no es filantropía pura sino que también está presente un interés por cambiar la sociedad. No es una mera adaptación....

Pero antes, durante todo el tratamiento y desde el principio, no se puede obviar, la resistencia (Práctica y teoría). Cualquier circunstancia le habrá de servir al paciente para poner en práctica su afán de superioridad con respecto al terapeuta. En la obra citada se coloca el ejemplo del paciente que quiere cambiar la hora de sesión y que hubiera sido un caso error dejar pasar por alto la discusión de “las causas de tal proposición”. Sirva esto para tener en cuenta que la causalidad sigue estando presente.

DOSTOIEWSKY: EL GENIO DE LAS CONTRADICCIONES UN FUNDAMENTO PRÁCTICO

En un capítulo fecundo de “Práctica y teoría de la psicología del individuo”, Adler se detiene en un pensamiento extremista de Raskolnikov: “¿Soy Napoleón o soy un piojo? Entre esas puntas está ubicado él mismo, pero se encuentra en un momento de confusión y contradicción entre el sentimiento de inferioridad y el sentimiento de comunidad. Adler en como Dostoiewsky se sintió atraído por los “humillados y ofendidos” como los niños. Pero ocurre que parafraseando a Carroll: “Somos sólo niños, querida, no más que más viejos”.

En ese ensayo sobre el escritor ruso está someramente descrito un deambular por los límites entre lo “permitido y lo prohibido” desde la infancia. Veamos algunas reducciones

donde indica que “querer viajar a la luna” significa querer permanecer solo, no dar lugar a nada terrenal en los propios sentimientos.

Analizando la vida misma del autor ruso, Adler nos insinúa su estilo de vida de la que se colige que para Dostoiewski la acción es inútil (veamos como se adelantó a Victor Frankl y demás existencialistas en que la neurosis puede ser “una falta de sentido”).

Dice Ravagnan: “Esta nueva orientación es, desde entonces, negación de la *imperante* influencia del pasado. El pasado no puedo elegirlo, pero sí el futuro. El pasado está como cosificado y es inmodificable (Sastre), pero está allí, morando entre los enjambres de recuerdos y podemos darle un sentido al actualizarlo en el presente en función de lo que queremos ser. En este caso se enfatiza el presente y el futuro abiertos a la proyección y acordes con la esencia de la temporalidad de la vida humana”.

A la pregunta: ¿Por qué los personajes de Dostoiewski producen tanto efecto sobre nosotros? Adler responde, que la eficacia deriva de su absoluta unidad, se puede intentar estudiar y comprender a cualquiera de sus personajes y siempre encontraremos reunidos todos los determinantes de su vida y de sus aspiraciones. En nuestros pacientes o mejor “las personas que trabajan con uno”, si sabemos ver, ocurre lo mismo.

A veces nos sorprendemos cuando, vemos la historia del psicoanálisis y no encontramos el papel protagónico de Adler como el primero en situaciones como la de postular la importancia de factores no sexuales como componentes de la neurosis (Tompson.).

No menos importante, es el trasfondo ético, de todo esto, Adler esboza un pensamiento de Kant “cada uno es copartícipe de la culpa de los otros. Por eso concluye que si soy copartícipe de de los culpas de mi prójimo y de las de todos, tengo eternamente una obligación que me impulsa, que me hace responsable y que me obliga a pagar”.

En otro puntos Adler explicitó que había que aceptar la realidad (cuando es incambiable) tal cual es o pegarse un tiro (sic). No faltó algún paciente que lo desafió preguntándole si alguna vez se le había suicidado algún paciente, y le respondió “todavía no pero estoy preparado para que eso suceda en cualquier momento”.

Tanto como la verbalización de situaciones podía usar lo que es dable llamar “psicodrama adleriano”. En cierta ocasión un niño paciente de las clínicas adlerianas instauradas por el gobierno socialista de Austria y después barridas por el nazismo, presentaba problemas de conducta y Adler dedujo que quería ser más grande precozmente y por eso molestaba a su docente y compañeros. En lugar de explicárselo con palabras, Adler se le paró al lado en puntas de pie y el niño paciente pudo comprender lo que le estaba señalando el terapeuta era precisamente lo que el venía haciendo. A otro paciente que se aislaba, lo mandó contra la pared al fondo de la habitación, con la pregunta: “¿Y ahora a dónde iré?”

ALGUNOS POSTULADOS DE BRUNER:

- a) El perspectivista

Bruner dice que ese postulado se refiere a la creación de significados. El significado de cualquier hecho, proposición o encuentro al marco de referencia sobre el cual se construye, pero no todo vale (esto lo podemos referir a las diversas terapias) deben tener reglas de evidencia, consistencia y coherencia. Este postulado entra en perfecta armonía con la frase tan repetida de Adler: “todo puede ser de otra manera”.

Sheldon COP, aclara que el terapeuta tiene que estar donde otros no están, podríamos decir, en otra perspectiva.

Bruner concluye que este postulado subraya el lado interpretativo y creador del pensamiento humano

b) El constructivista

Es el que hace que “la realidad que atribuimos a los mundos que habitamos, es construida. “La realidad se hace, no se encuentra” según Nelson Goodman citado por Bruner. Evidentemente tiene que ver con el estilo de vida personal y creador.

“Este postulado hace que la educación (también como prevención o psicohigiene) debe concebirse como herramientas para que los niños aprendan a usar las herramientas de creación de significado e interpretación de la realidad para mejor adaptarse al mundo en que se encuentran y para ayudarles en el proceso de cambiarlo según se requiera. En este sentido, incluso se puede concebir como interesada en ayudar a la gente a llegar a ser mejores arquitectos y mejores constructores”. Adler estaba preocupado por la educación y estimulaba a que los niños tomaran la iniciativa, libres de toda vigilancia.

c) El narrativo“

¿Y usted creyó lo que le dijeron? Comentan que dijo Adler en algunas oportunidades a sus pacientes cuando utilizaban los juicios de autoridades como pretexto para no cambiar.

Bruner remarca que nuestra experiencia inmediata, lo que sucedió ayer o anteayer, se encuentra enmarcado en la misma forma relatada. Representamos nuestras vidas y las de los otros, en forma de narración. Argumenta que es no sorprendente que los psicoanalistas reconozcan ahora que la persona implica narración, siendo la neurosis reflejo de una historia, ya sea incompleta o inapropiada sobre uno mismo. Dice que cuando Peter Pan le pide a Wendy que vuelva a la tierra de nunca jamás, le da como razón que le podría enseñar a contar historias a los Niños Perdidos (sic) de allí. Si supieran como contarlas, los Niños Perdidos podrían crecer.

He aquí un epítome de psicoterapia adleriana.

d) El de la identidad y el de la autoestima

Para el autor de marras la cosa más universal de la experiencia humana es el fenómeno del “yo” y sabemos que la educación es crucial para su formación. En psicoterapia nos importa saber como se formó y que datos se tuvieron en cuenta, por eso Adler desde el principio, como psicoanalista dedicado a la educación, se preocupó de que la educación sexual formara parte del curriculum.

Lo que caracteriza a la persona humana, subraya Bruner, es la construcción de un sistema conceptual que organiza un registro de encuentros con el mundo un registro que está relacionado con la memoria autobiográfica pero que también está extrapolado

hacia el futuro, un “yo” con historia y posibilidad, es decir, de nuevo, el sentimiento de comunidad.

APRETADA SINTESIS VIA ANSBACHER

Es necesario explorar la personalidad por medio de:

- a. Primeros recuerdos infantiles
- b. Posición en la familia
- c. Ensueños diurnos y nocturnos
- d. Trastornos infantiles
- e. Factores exógenos que provocan enfermedad
- f. Relación con el terapeuta

Cuando ya la terapia está en marcha es necesario:

1. Comprender el estilo de vida
2. Transmitir esa comprensión
3. Procurar que el paciente la comprenda
4. Fomentar el interés social

La comprensión es realizada por medio de:

- a. la empatía
- b. la intuición
- c. la conjetura

BIBLIGRAFIA

- Wolgan Hochheimer: La psicoterapia de C.G. Jung, Edit. Herder, Barcelona, 1968
- Heinz L. Ansbacher y Rowena Ansbacher: La psicología individual de Alfred Adler, Edit. Troquel, Buenos Aires, 1959
- Phyllis Bottome: Alfred Adler apóstol de la libertad, Edit. Luis Miracle; Barcelona, 1952
- Emilio Mira y López: Doctrinas psicoanalíticas, Edit. Kapeluz, Buenos Aires, 1952
- Ludwig Binswanger: Mis recuerdos de Sigmund Freud, Edit. Amagosto, Buenos Aires, 1992
- Michel Titze: Fundamentos del teleoanálisis adleriano, Edit. Herder, Barcelona, 1983
- Emilio Rodríguez: El libro de las separaciones, Edit. Sudamericana, Buenos Aires, 2000
- Jerome Bruner: La educación puerta de la cultura, Edit. Aprendizaje Visor, Madrid, 2000
- Howard Gardner: Inteligencias múltiples: La teoría en la práctica, Edit. Paidós, Barcelona, 1995
- Daniel Goleman: La inteligencia emocional, Edit. Alianza, México, 1996
- Alfred Adler: El carácter neurótico: Edit. Paidós Studio, Buenos Aires, 1984
- Alfred Adler: Práctica y teoría de la psicología del individuo, Edit. Paidós, Buenos Aires, 1953

- Alfred Adler: Estudios sobre la inferioridad de los órganos, Edit. Paidós, Barcelona, 1980
- Alfred Adler: Guiando al niño, Edit. Paidós, Buenos Aires, 1957
- Otto Rühle: El Alma del niño proletario, Edit. Psique, Buenos Aires, 1969
- Fritz Kunkel y Ruth Gardner: El Consejo psicológico, Edit. Miracle, Barcelona, 1971
- Heinz Ansbacher: Una terapia adleriana para Marylin Monroe, Psicología de hoy, Edit. Psicodeia, Madrid, 1974
- David Brandon: El zen en el arte de la ayuda, Edit. Dédalo, Buenos Aires, 1979
- Jay Haley: Terapia no convencional. Las técnicas psiquiátricas de Milton Erickson, Edit. Amorrortu, Buenos Aires, 1980
- Frederick H. Allen: Psicoterapia infantil, Edit. Rosario, Rosario, 1942
- Heinz Kohut: Análisis del self, Edit. Amorrortu, Buenos Aires, 1971
- Joland Jacobi: La Psicología de C.G. Jung, Edit. Espasa. Calpe. S.A., Madrid, 1976
- C.G. Jung: Lo inconsciente, Edit. Losada, Buenos Aires, 1938
- C.G. Jung: Tipos psicológicos, Edit. Sudamericana, Buenos Aires, 1960
- Laurens Van Der Post: Jung y la historia de nuestro tiempo, Edit. Sudamericana, Buenos Aires, 1978
- H. Frédéric y M Malinosky: Martín, el niño que le pegaba a su madre, Paidós – Pomaire, Barcelona, 1981
- Mary Barnes y Joseph Berke, Viaje a través de la locura, Ediciones Martínez Roca, S.A, Barcelona, 1974
- Jean Louis Servan-Schreiber: El retorno del coraje, Edit. Emecé, Buenos Aires, 1988
- Fritz Kunkel y Ruth Gardner: El Consejo psicológico, Edit. Biblioteca Universal Miracle, Barcelona, 1971
- M. Grotjahn: Historia del psicoanálisis, Edit. Paidós. Buenos Aires, 1968
- Eric Berne: Juegos en que participamos, Edit. Diana, México, 1966
- Victor Frankl: Psicoanálisis y existencialismo: Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1950
- Luis María Ravagnan: Psicoanálisis y psicoterapia, Ediciones Doble D, Buenos Aires, 1972
- Collin Wilson: Nuevos derroteros en psicoterapia, Edit. Diana, México, 1972
- Ernest Becker: El eclipse de la muerte, Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1973
- Clara Tompson: El psicoanálisis, Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1951
- Raymond de Becker: Psicología de las profundidades, Edit. Plaza y James S.A., Barcelona, 1971
- Eduard Glover: Freud o Jung, Edit. Nova, Buenos Aires, 1951
- Charles Odier: El hombre esclavo de su inferioridad, Edit. Fondo de Cultura Económica, México, 1962
- Ira Progoff: Muerte y renacimiento de la psicología, Edit. Libros Básicos, Buenos Aires, 1960
- Claudio Alarco von Perfall: Diccionario de Psicología Individual, Edit. Síntesis S.A. España, 2001