

SUICIDIO: EL PUNTO DE VISTA DE LOS CONSTRUCTOS PERSONALES*

Éste es el único texto escrito por Kelly dedicado a un problema concreto. Y no es por azar que se trate del suicidio, uno de los fenómenos más difíciles de explicar para cualquier teoría (y no digamos para los propios afectados).

*Se trata de un capítulo en un libro** sobre el tema donde distintos autores exponen su punto de vista. En él Kelly distingue entre varios tipos de suicidio a la hora de considerar el fenómeno desde la TCP. Esta visión nos orienta hacia una posición que poco a poco va siendo más aceptada en este campo. Desde fuera, el suicidio es un hecho uniforme, pero si tenemos en cuenta la perspectiva de la persona, es un fenómeno muy complejo que puede responder a procesos de construcción muy diversos. Poder distinguirlos, a la hora de hacer una intervención concreta, es esencial, y para ello Kelly nos aporta un buen conjunto de pistas*** y lo aplica al caso clínico que se trata en el libro del que procede este texto.*

La teoría de constructos personales asume que las vicisitudes de la vida no imprimen su peculiar significado en nuestras mentes: más bien, nosotros mismos hemos de idear una forma de darles un sentido. La aparente singularidad de los significados de la vida se debe ante todo a la singularidad de nuestro propio pensamiento. Por su parte, los acontecimientos siempre están abiertos a una pléthora de construcciones alternativas.

* A los teóricos que contribuyeron al libro del que proviene este artículo se les pidió que, además de exponer sus ideas sobre el problema del suicidio, analizaran el protocolo de entrevistas de un paciente, A. S., que había intentado suicidarse. De aquí las referencias ocasionales presentes en el texto. (Nota del traductor.)

** Scheni-de-man, E. S. y Faberow (comps.), *The Cry for Help*, Nueva York, McGraw-Hill, 1961, págs. 255-280.

*** Estas indicaciones de Kelly han dado lugar a diversos trabajos dentro de la TCP, y también a un programa de investigación terapéutica en situaciones de autolisis (Winter, D. y otros, «Deliberate and undeliberate self-harm: Theoretical basis and evaluation of a personal construct psychotherapy intervention», en J. Scheer, (comp.), *The person in society*, Giessen, Psychosozial-Verlag, 2000). (Nota del compilador en castellano.)

La verdad como invención humana

Desde este punto de vista, la verdad humana no se descubre ni se refrigerera para mantenerla fresca: siempre se inventa, y está sujeta a un perfeccionamiento cotidiano. Todo lo que se descubre es una coherencia práctica entre las anticipaciones y sus resultados aparentes. Sucede de esta forma: primero, inventamos un significado. Lo imponemos sobre algunos acontecimientos que pululan en nuestras inmediaciones. Esto nos divierte; y con frecuencia nos quedamos satisfechos al llegar a este punto. Pero si abrigamos una veta escéptica; si nos interesa probar su validez además de disfrutar del éxtasis de la apreciación, empleamos el significado para hacer una predicción y nos sentamos a presenciar lo que sucede.

La verdad se comprueba mediante la predicción

Una serie de predicciones exitosas nos llevará, aunque no en todos los casos, a concluir que nuestro significado existe por sí mismo. Incluso podemos olvidar cómo lo derivamos y pretender que un buen día tropezamos con él por accidente, acechando entre los acontecimientos predichos. Sin embargo, en rigor, lo único que podemos decir es que lo que sucedió en realidad se parecía bastante a lo que esperábamos que sucediese como para satisfacer nuestro criterio de similaridad. Y en lo que atañe al grado de verdad que podemos asignar a nuestra invención, lo único que podemos decir con seguridad es: «Hasta el momento, todo va bien».

La comparación de las predicciones con los resultados es el rasgo esencial del método científico. Específicamente, este método implica la generación de hipótesis a partir de la teoría o de observaciones previas; la conceptualización o abstracción; manipulaciones experimentales ocasionales (controles) para minimizar o maximizar ciertas variaciones en los acontecimientos; predicciones explícitas; observación de resultados en el más bajo nivel conceptual posible (objetividad); reconciliación de predicciones y resultados; revisión de constructos; y repetición continua del ciclo, entero o por partes. Podemos expresar todo esto diciendo que la ciencia exige la reconciliación de principios predictivos, formulados en el más alto nivel conceptual posible, con resultados concretos, identificados en el más bajo nivel conceptual posible.

A nuestro juicio, la ciencia no es más que un caso especial de la empresa humana; y el método científico, una instancia especial de la metodología psicológica humana. La teoría de constructos personales intenta atacar el problema de raíz mediante el estudio de la metodología psicológica

humana en general. Si resulta exitosa, su formulación completa abarcará toda la gama del esfuerzo psicológico humano, desde el progreso científico, por una parte, hasta la angustia existencialista, por otra.

Validación

Considerar al ser humano como un inventor de verdades o, quizá mejor, como un constructor de acontecimientos, nos obliga a preguntarnos si debe respeto a algo más que a sus propios caprichos. ¿O es que los punzantes datos de la vida intervienen de vez en cuando para plantar sus pies en la tierra? La perspectiva de los constructos personales supone que los datos en sí nunca intervienen. Mejor sería decir que los *acontecimientos* no intervienen, pues estamos hablando de la realidad en bruto.

La persona es quien interviene en representación de la realidad. Pronostica cosas que han de ocurrir. Este pronóstico se realiza en un nivel relativamente alto de abstracción. Cuando observa lo que sucede de hecho (de acuerdo, desde luego, con su propia perspectiva), puede percibirlo en un nivel de abstracción relativamente bajo. Y entonces puede *validar* su construcción de los acontecimientos. Si lo que parece haber sucedido es incompatible con lo que esperaba que sucediera, concluye usualmente que sus expectativas eran erróneas y se dedica a corregirlas. Así verifica su pensamiento confrontándolo con la realidad. Pero la validación es algo que ella misma fabrica. La realidad sigue, ensimismada, su camino, dejando a la persona el deber de preocuparse por su capacidad de predecirla.

¿Qué verdad inventó A. S.?

En cuanto pretendemos fundar una teoría psicológica en este tipo de lógicas comienzan a ocurrir cosas muy interesantes. Tomemos los acontecimientos biográficos de la vida de A. S. A la luz de esta teoría, dichos acontecimientos (los acontecimientos reales) no surgen como fuerzas que moldean la perspectiva de este joven, sino como las fuentes en que éste se basó para inventar sus significados, y como los resultados contra los cuales había de probar sus anticipaciones año tras año. Los recuerdos que transmitió a su entrevistador (y que, presumiblemente, tenían paralelismos con ciertas ocurrencias reales) eran las explicaciones verbalizables que le venían más fácilmente a la cabeza en su esfuerzo por hacer verosímil lo que sentía y creía en ese momento.

Estos acontecimientos fueron importantes no por lo que le hicieron, sino por lo que él había sacado en claro de ellos y por lo que en ese momento concluía. Él fue siempre el autor de los significados, verbalizados o no. Con tales constructos personalizados proyectaba su versión de lo que había de suceder. Y siempre alteró su propia ruta para acomodarse a ellos, hasta el último momento.

El suicidio como un acto validador

Suele ser de mucha ayuda despojar la conducta humana de interpretaciones patológicas. «Salud» y «enfermedad» son términos cargados de prejuicios; y casi todas las veces que los empleamos sólo conseguimos oscurecer los puntos relevantes. Es mucho más esclarecedor considerar cada acto humano en términos de cómo y dónde encaja y de las metas que pretende.

Pensemos, por ejemplo, en el suicidio. En vez de tratarlo como algo malo, patológico o absurdo, podemos entenderlo mejor si nos fijamos en el acto mismo, y en lo que persigue desde el punto de vista de la persona que lo ejecuta.

La muerte como elección implícita en la vida cotidiana

Examinemos el suicidio, en primer lugar, en el contexto de una pregunta básica acerca de la muerte. Planteémosla de este modo: ¿bajo qué perspectiva preferiría una persona morir a seguir viviendo? Al formular nuestra pregunta en estos términos buscamos un principio psicológico, no un determinante situacional.

Ciertamente, no es raro que las personas apuesten a favor de la muerte. Algunas lo hacen por una causa social. Otras porque es lo que de ellas se espera (como en una batalla, por ejemplo). Algunas, porque es divertido, como en las carreteras. Otras para evitar el sentimiento de culpa por haber llegado un poco tarde a una cita. Algunas por pura exasperación. Otras, en un bello acto de renuncia. Las madres arriesgan sus vidas para tener un hijo; y no son raros los padres que arriesgan su salud y sus vidas para apoyar la competición por el lujo en la que se enfrascan sus hijos. Es más, basta echar una mirada a nuestro alrededor para encontrar a gente que sacrifica sus vidas, por razones pequeñas o grandes.

De acuerdo con la lógica política de su época, Sócrates debía escoger entre transigir con el tribunal admitiendo que se había equivocado, o reafirmar sus convicciones quitándose la vida voluntariamente. Aceptar el veredicto de

«culpable» para salvar el pellejo implicaba asumir que había estado enseñando puras tonterías. No hubiese podido seguir su apasionada e ineludible búsqueda de la verdad. Pero beber la cicuta conllevaba lanzarse audazmente al futuro en pos de la verdad, e invitar a otros a seguir el mismo camino. Y así sucedió. Su decisión fue validar lo que había enseñado; y, por tanto, validar la vida que había vivido. Si no hubiese actuado así, ¿hubiésemos tenido a Platón y Aristóteles? ¿No fue acaso el suicidio de Sócrates, a la luz de estas grandes vidas que lo sucedieron, un acto de sublime anticipación?

Jesús, indudablemente influenciado por el ejemplo de Sócrates, validó su vida de la misma manera. Parece que hubiera podido evitar su escarnio. Pero decidió aceptar la crucifixión. Le pareció necesario hacerlo para dejar en claro que su forma de vivir era más sustancial que la mera supervivencia. De modo que, como Sócrates, invocó a la muerte para validar su vida. Sus biógrafos informan casi al pie de la letra de su propia forma de plantear la proposición: «Pues quien pretenda salvar su vida la perderá; pero quien pierda su vida por mí, ése la salvará. Porque ¿de qué le aprovecha al hombre ganar el mundo entero, si pierde o se daña a sí mismo?»*

Sócrates y Jesús no son los únicos que emplearon la muerte para validar la esencia de sus vidas. Miles de millones de personas, en todas las centurias, la han empleado con el mismo propósito. También ellos han visto en sus últimos actos las consecuencias naturales de sus convicciones, expresadas en las circunstancias en que estaban inmersos.

¿Cuándo es suicidio?

Probablemente, yendo al fondo de la cuestión podemos decir que una persona ha cometido un suicidio (y no un acto con dedicatoria) cuando, a nuestro entender, había una mejor solución para el problema que afrontaba. Pensamos que *nosotros* hubiésemos actuado mejor. Quizás así sea. En todo caso, está claro que la persona no veía ninguna de las alternativas que tan claras nos resultan. De modo que el suicida toma *su* propia decisión, y no la *nuestra*. ¿Decimos que estuvo mal? Acaso tengamos razón; puede haber sido una «mala» decisión. Pero eso no nos dice nada. Para comprender su acto debemos saber por qué motivo se quitó la vida; qué construcciones personales de vida y verdad, qué anticipaciones formuladas en su estructurado mundo parecían validarse mediante un acto tan drástico.

En un sentido general, todos sacrificamos nuestra vida por algo, noble o innoble (aunque casi siempre entre ambos extremos). Algunos lo hacen

* Lucas, 9:24-25. (Nota del traductor.)

decisivamente, en un gesto brusco y atemorizante. Otros lo hacen lenta y discretamente, en una continua y progresiva inmolación. Algunos ven la muerte cara a cara; otros tropiezan en su dirección. Buscar una buena muerte es la meta de una vida íntegra; y los que no consiguen un buen morir nunca encuentran nada por lo que valga la pena hacerlo. Así, vida y muerte pueden relacionarse de modo que una valide a la otra.

¿Qué había en la vida de A. S. por lo que valiese la pena morir?

¿Qué tal si consideramos la tentativa de suicidio de A. S. en estos términos validacionales? ¿Qué pretendía validar con su acto? Nada parece indicar que se le haya planteado esta pregunta en ninguna forma. En apariencia el acontecimiento se interpretó clínicamente y desde un principio como característico de (o inevitable en) su estilo de vida.

Pero si hemos de usar el paradigma del «estilo de vida», ¿en dónde lo buscaremos? ¿En el registro bruto de los acontecimientos? ¿En las desviaciones sobre el modo en que nosotros hubiésemos afrontado esos acontecimientos de habernos encontrado en la piel de A. S.? ¿O debemos buscar desviaciones sobre el modo en que pensamos que las personas «normales» los hubieran afrontado? Tal vez, en lugar del estilo, deseemos buscar alguna psicopatología o proceso morboso que hubiese invadido la psique de este joven. La teoría de constructos personales nos lleva a encarar los problemas de A. S. en términos harto distintos, y por tanto a meditar sobre preguntas que nunca se le hicieron; así pues, debemos contentarnos con especular sobre lo que su acto trataba de validar; o, al menos, con extraer precarias inferencias de la tenue evidencia disponible.

Dos condiciones límite: realismo e indeterminación

Hemos visto que un intento suicida puede verse como un acto diseñado para validar la propia vida. Como tal, es una puja para extender la vida, no para terminar con ella: esto es, para extender su significado esencial. Pero existen dos condiciones en las construcciones personales que convierten el hecho de abandonar la propia vida en un acto sensato. La primera es que el curso de los acontecimientos sea tan obvio que no tenga sentido esperar el desenlace. El marcador se ha desequilibrado de tal manera que no vale la pena aguardar hasta el final del partido. La otra es que todo parezca tan categóricamente impredecible que la única acción bien definida sea abandonar la escena. El juego ha dejado de seguir reglas comprensibles.

La primera condición lleva el realismo a sus últimas consecuencias: el fatalismo. Las tentativas suicidas que ocurren bajo su influencia son casi siempre exitosas. La última es la condición de la ansiedad absoluta; y el intento suicida, no tan exitoso, es una apuesta desesperada en pos de una certeza de cualquier orden. Resulta impactante que éstas sean las condiciones límite para el mantenimiento de la vida: por un lado, la sensación de saber todo lo que vale la pena saber; y, por otro, la de ignorar todo lo que valdría la pena saber. Pero, puesto que la esencia misma de la vida es el uso del presente para enlazar el pasado con el futuro, toda construcción que hace inútil esta tarea sirve psicológicamente para destruir la vida. Una vez esa destrucción ha acontecido, el que la persona siga o no respirando deja de ser importante. Psicológicamente, ya está muerta.

Por supuesto, existen otras consideraciones que contribuyen a la comprensión psicológica del suicidio: hostilidad, impulsividad, culpa, etc. Pero podemos tratarlas como problemas secundarios. Antes de estudiar estos constructos teóricos, especulemos sobre cómo pueden haber afectado las condiciones límite de realismo e indeterminación a A. S.

¿Qué podía esperar A. S. a partir de su sistema de constructos?

Siempre que tratamos de comprender un intento suicida, comenzamos analizando el sistema de constructos de la persona involucrada. ¿Se veía A. S. en las garras de la fatalidad? ¿O estaba tan irremisiblemente inseguro acerca de lo que había de pasar consigo mismo que cualquier certeza parecía mejor que el caos absoluto? Si el suyo fue un intento de abandonar su vida, y no de validarla, ¿cuál de las dos fatales construcciones utilizó?

Hemos dicho que el sistema de constructos personales de A. S. le servía para proyectar sus anticipaciones día tras día. Ésta es la presunción fundamental de la teoría de constructos. A la zaga de estas anticipaciones aparecieron indudablemente algunos acerbos descubrimientos: toda una cadena de ellos. Pero ¿confirmaron sus peores expectativas empujándolo hacia la desesperación realista? ¿O lo confundieron hasta dejarlo abrumado por la incertidumbre?

En cualquier caso, los resultados lo desafiaban a urdir nuevos significados para enfrentarse con la vida. Pero no parece haberlo conseguido; aunque existe la posibilidad de que los hubiese estado buscando en el estudio de la sociología que emprendió durante las semanas anteriores a su salida del ejército y su viaje a América del Sur. Sea como fuese, A. S. lanzó su último envite a la certeza, bien para frustrar su destino o para forjarlo con sus propias manos; y con tan poca fortuna que incluso esta funesta pre-

dicción no pudo materializarse. ¿O lo hizo? Las entrevistas de que disponemos no nos indican qué era lo que A. S. esperaba que sucediera.

Así pues, no fueron los acontecimientos de su vida quienes llevaron a A. S. a esta encrucijada. Llegó a ella en virtud de una serie de relaciones percibidas entre lo que era capaz de construir y predecir, por una parte, y lo que descubrió que estaba sucediendo, por otra. Fue la consecuencia de su imposibilidad de reconstruir sus significados en cuanto los resultados de sus suposiciones iniciales se hicieron presentes.

No nos interesa saber si la vida lo había tratado bien o mal hasta este momento. Ni siquiera son relevantes los refuerzos en su serie de ensayos de aprendizaje (de hecho, esta línea de inferencia podría llevarnos a concluir que no había manera de que A. S. actuase como lo hizo). Lo que importa es su construcción personal del mundo que lo rodeaba; y el hecho de que la secuencia de acontecimientos imprimió en aquélla su inexorable validez o la amenazó con el colapso final. También pudo tratarse de una combinación de ambas opciones.

La decisión de suicidarse fue, para él, en ese momento y en ese cuarto de un motel barato, la alternativa más evidente. Desde luego, puede que más tarde pensara de forma diferente. Lo importante (igual que en todos los problemas psicológicos) es que las construcciones personales en el momento de la decisión parecen tan obvias e ineludibles que no dejan espacio para la exploración de alternativas prácticas.

Palabras famosas que desaparecen

Aprendizaje y refuerzo

Acaso sea útil mencionar algunas nociones psicológicas convencionales que se abandonan en cuanto uno persigue las implicaciones de la teoría de constructos personales. Está claro que los *acontecimientos biográficos* no tienen en sí ningún significado, excepto el que la persona les impone, como en el caso de la biografía de A. S. y los significados que éste le atribuía. También debe abandonarse el constructo de *refuerzo*. En algunos aspectos, la *validación* sustituye, en la teoría de constructos personales, al *refuerzo* (aunque es un constructo de muy distinto orden). La *validación* es la relación que se percibe entre la anticipación y la actualización; en tanto que el *refuerzo*, en la teoría convencional, es una propiedad valiosa asignada a un acontecimiento. Incluso el *aprendizaje* cambia de piel; en parte porque está abarrotado de significados ambiguos y en parte porque, en rigor, no existe segmento alguno del proceso de vivir que pueda aislarse de los demás para etiquetarlo como «aprendizaje».

Motivación

La teoría de constructos personales tiene una relación peculiar con las así llamadas «teorías dinámicas» de la psicología. Puesto que parte de la premisa de que el ser humano debe ser considerado en la dimensión del tiempo y no sólo en la del espacio, cualquier conjunto de términos formulados para racionalizar el hecho de que está vivo (y por tanto activo) es sencillamente redundante. Constructos como *motivación, impulsos, fuerzas, necesidades* e incluso *estímulos*, junto con toda la categoría de *psicodinámica*, se evaporan del discurso. En cierto sentido, esto hace de la teoría de constructos personales un sistema completamente dinámico. El movimiento forma parte de sus suposiciones básicas sobre la naturaleza del ser humano. Pero aquellos que identifican una teoría dinámica con una cascada de fuerzas que operan sobre la persona desde el exterior o el interior considerarán esta teoría tan estática como la de Kraepelin, o más incluso.

Sentimiento y emoción

Los constructos de *sentimiento y emoción*, profundamente arraigados en los sistemas de discurso europeos durante más de dos mil años, también desaparecen cuando se siguen rigurosamente las ideas de la teoría de constructos. Más aún, la división semántica que tendemos a marcar entre *afecto* e *intelecto* deja de ser necesaria; ésta es una propiedad de la teoría que perturba profundamente a algunos psicólogos, quizá porque amenaza con dejarlos sin nada de que hablar, o porque la interpretan como un regreso a las formas prefreudianas de describir el comportamiento.

¿Una teoría cognitiva?

Pero la teoría de constructos personales no necesita diferenciar los procesos psicológicos que aparentan seguir las fórmulas racionalistas clásicas de los que no; ni tampoco los que están señalizados con palabras de los que sólo pueden retratarse mediante la actuación; ni siquiera los que parecen estar totalmente organizados de los que parecen ser desorganizados. La teoría asume que la única lógica de que podemos disponer es la que las mentes humanas desarrollan; por tanto, lo lógico es una extensión de lo psicológico. Se negará, por ende, a ser categorizada como «teoría cognitiva» (o como «no cognitiva»). Llamarla «conductista» sería un malentendido tan grande como llamarla «racionalista». En pocas palabras, su punto

de partida se encuentra en un nivel filosófico de tales características que ninguno de los casilleros en que se archivan habitualmente las teorías le hace justicia por completo.

Nuevos términos de referencia para el suicidio

Después de abandonar muchos de los términos que se suelen utilizar al discutir la conducta suicida (*sentimiento, emoción, necesidades, psicodinámica, motivación, aprendizaje, refuerzo, estímulo, cognición, irracionalidad, desorganización*) nos queda muy poco de la psicología convencional para poder plasmar una descripción. Antes de esclarecer el caso de A. S. hemos de reabastecer nuestro vocabulario. Dependemos considerablemente de términos renovados, viejas palabras con nuevos significados. Pero son inéditas, al menos en el contexto del discurso psicológico preciso. Afortunadamente, podemos limitarnos a los términos que se aplican al caso de A. S. y reservar el resto del léxico de la teoría de constructos para los lectores más persistentes.

Quisiera hacer una breve exposición general sobre el tipo de dimensión que emplea la teoría de constructos. Se enfatiza el uso de ejes de referencia abstractos (es decir, matemáticos en un sentido amplio), no concretos. La tarea teórica es proyectar los problemas de la psicología en el contexto de dimensiones de significado, no en la vieja guardia nosológica. Sólo de este modo se pueden intuir las direcciones de cambio y movimiento.

Así pues, nuestros términos (aunque categorizan inevitablemente nuestras formas de ver al paciente) no pretenden categorizar al paciente mismo, ni tampoco predeterminar su conducta desalojando cualquier otra interpretación. Por ejemplo, si lo construimos en relación con la *hostilidad*, lo que está en juego es este constructo hasta verificarlo o desconfirmarlo, no el paciente o su conducta. No depositamos al paciente vivo y coleando en el cajón de la *hostilidad*. Tampoco afirmamos que ha sufrido un «ataque de *hostilidad*». La *hostilidad* es nuestro propio eje de referencia, como la altura o la longitud, sobre el que puede proyectarse una medida para lograr una idea más clara de las proporciones de la conducta humana.

Dilatación frente a constricción

Dado que hemos definido la *validación* al plantear nuestro rechazo de los constructos de refuerzo y aprendizaje, pasemos a otro constructo sistemático importante en la comprensión del suicidio: *dilatación frente a constricción*. En

la búsqueda de constructos personales sobre los que basar sus anticipaciones, una persona puede ampliar su área de interés, con la esperanza de que, al aprehender cada vez más cosas, tropiece con algo que le ayude a dar un mejor sentido a la avalancha de acontecimientos. Este acrecentamiento es, con frecuencia, indiscriminado. Lo sea o no, lo llamamos *dilatación*.

Cuando se mueve en la dirección opuesta, hablamos de *constricción*. Una persona *constríñe* cuando intenta reducir su mundo a un tamaño manejable: al ocultarse bajo las sábanas o al tratar de detener el reloj cometiéndole suicidio. Es frecuente encontrar personas que oscilan violentamente sobre este eje. Quienes consideran que la conducta es una enfermedad suelen tomar tales oscilaciones como indicadores de la llamada «psicosis maníaco-depresiva».

Ansiedad

La *ansiedad*, desde la perspectiva de constructos personales, es la percepción de caos. Específicamente, es la evanescente conciencia de que existen acontecimientos para los cuales uno carece de constructos adecuados. Sin constructos en los que basar las anticipaciones, uno parece estar a merced de los acontecimientos; no sabe qué postura asumir mientras espera que se presenten, o qué hacer cuando ya han llegado. Es la ansiedad que los clínicos han llamado «libremente flotante», que no se identifica claramente con un objeto o grupo de objetos.

Amenaza

Diferenciamos la experiencia subjetiva de *amenaza* de la *ansiedad*. Una persona *se siente amenazada* cuando se encuentra en el umbral de un cambio profundo y significativo en sí misma. Muchas veces, el inminente estado de la situación es muy plausible, como en el caso del alcohólico reformado que sabe demasiado bien lo que le sucederá si apura sólo la primera copa. Otras, la percepción de amenaza se identifica con lo que aparenta ser la causa precipitadora de la metamorfosis; pero la experiencia en sí misma se relaciona con lo que parece estar a punto de suceder en la región de constructos nucleares del sistema. Por ejemplo, es habitual que los pacientes se sientan amenazados por lo que les pueda ocurrir como resultado de la terapia. El terapeuta suele tener dificultades para comprender este dilema. Incluso la idea de que el cambio será beneficioso y conducirá a una mayor felicidad no reduce la amenaza que la terapia ofrece al paciente.

Postulado básico y corolario de elección

La teoría de constructos personales no usa la noción de motivación. Puesto que vemos al ser humano dentro de la dimensión temporal (esto es, vivo y en movimiento), no necesitamos conjurar fuerzas motivadoras que lo impulsen a actuar. Sólo nos resta explicar la dirección que conduce su actividad.

Pero este problema encuentra una elegante solución en cuanto avanzamos nuestro *postulado fundamental*. Éste consiste en que los procesos de una persona están psicológicamente canalizados por la forma en que anticipa los acontecimientos. Podemos elaborarlo mediante una serie de corolarios resultantes.

Los canales para anticipar acontecimientos se llaman *constructos*. Son guías hacia el futuro; y quien desea estar a la altura de las circunstancias precisa de un extenso surtido de ellos en todos los niveles de conciencia. En lo que atañe a las decisiones cotidianas, resulta evidente que las personas escogerán aquellas alternativas que prometan una de dos cosas: mayor extensión, o mejor definición, de su sistema de constructos. Éste es el llamado *corolario de elección*; y se hace cargo de lo que queda una vez que el postulado básico ha fracturado los cimientos de la noción de motivación.

Esto no quiere decir que las personas se comporten de acuerdo con las leyes de la lógica clásica; ni mucho menos. Seguro que ni Aristóteles ni santo Tomás de Aquino las seguían en sus vidas privadas. La persona, más bien, actúa de acuerdo con su propio sistema; y éste debe entenderse en términos psicológicos, no lógicos. Tampoco sirve afirmar que su comportamiento es una respuesta al placer y al dolor (a menos que los definamos de manera tautológica como «lo que se busca» y «lo que se procura evitar», respectivamente). Es más: no es necesario que los constructos se viertan en palabras, simbólica o explicativamente. De hecho, impresiona el grado en que las personas anticipan el futuro en términos para los que no disponen de lenguaje.

Hostilidad

Ahora podemos comentar la *hostilidad*. En ocasiones, las cosas ocurren de tal manera que la persona se encuentra al borde de una trascendental y largamente retrasada revisión de su sistema de constructos. Sus predicciones se han distorsionado. La evidencia en contra de la validez de sus constructos es abrumadora. Puede que haya intentado la dilatación para ver si podía, en un contexto más amplio, aprehender la elusiva veracidad

de su modo de construir el mundo. Se puede haber constreñido en busca de confirmaciones locales de su perspectiva. A. S. parece haber intentado ambas posibilidades. Pero si ni éstos ni ninguno de los otros métodos exploratorios funciona, la persona se enfrenta a una elección difícil: o bien revisar los fundamentos mismos de su sistema de constructos, o bien obligar a los acontecimientos a demostrar que sigue siendo correcto. Cuando, por un lado, sus resquebrajadas construcciones tienen que ver con su comprensión de otras personas y, por otro, elige forzarlas a brindarle evidencia confirmatoria, hablamos de *hostilidad*.

Ésta es, desde luego, una definición harto inusual de la hostilidad. Pero también, como cualquier término psicológico, debería ayudarnos a comprender el predicamento en el que una persona se ha metido; no sólo a etiquetarla de «peligrosa». El referente del constructo, desde este punto de vista, no es el deseo de causar daño a alguien, pues el daño es circunstancial; es más bien un truco al que el extorsionista apela para preservar el *statu quo* psicológico y librarse de la responsabilidad de revisar su perspectiva. La *hostilidad*, por supuesto, puede dirigirse contra un objeto amenazante, que parece precipitar un profundo cambio en la persona. Solemos encontrar *hostilidad* en el reaccionario que intenta reforzar un desmoronado sistema de valores; pero también en el reformador radical, que solicita que el mundo entero le facilite lo que (a sus ojos) no le dio su propio hogar.

Culpa

Nos falta un término más: *culpa*. Su definición es un poco más compleja: debemos entender primero lo que es un *rol* desde la psicología de constructos personales. Supongamos que una persona intenta entender a otra: no sólo como un objeto que tiene conductas, ni en términos de entradas-estímulo y salidas-respuesta, sino como otra persona, que posee una forma de ver propia que tiñe el mundo a su alrededor. Si, tras verla de esta manera, la persona regula su propia conducta en referencia a aquella construcción abarcativa, está llevando a cabo un *rol* social.

En el curso de su vida, el hombre civilizado tiene que basar una considerable proporción de su comportamiento en interpretaciones de la gente con la que vive. Y esto se convierte en una clave para definir lo que espera de sí mismo. Su propia vida tiene sentido en función de estos *constructos de rol*; y pierde sentido cuando son invalidados. Si los acontecimientos parecen dejarlo en dique seco, sin un *rol* que personificar, siente una particular especie de sufrimiento. Llamamos a esta experiencia *culpa*.

El sistema de constructos personales de A. S.

Dos temas recurrentes destacan entre los detalles del protocolo del caso de A. S.: su incapacidad para entender por qué sus padres se interpusieron en su camino por primera vez cuando trató de establecer una relación íntima con Mary, y su recuerdo de frecuentes peleas durante la infancia. Sobre el primer tema dice: «Fue la primera vez que se me interpusieron... Y no supe qué hacer. No podía ir en contra de mis padres, y no sabía por qué eran tan malvados». Este tema se repite en una sección posterior del protocolo.

Ansiedad en el sistema

El protocolo no elabora las dimensiones de su perplejidad (la totalidad del rango de acontecimientos involucrados); pero podemos inferir razonablemente que A. S. estaba puntualizando una instancia ilustrativa de una construcción que iba mucho más allá de los acontecimientos particulares enfatizados. En la teoría de constructos personales llamamos *ansiedad* a la percepción generalizada de tal confusión. Por cierto que, a medida que se lee el protocolo, se hace paulatinamente evidente que A. S. debe haber sentido un claro mar de fondo de confusión en muchas áreas: en la escuela, en su búsqueda de alguna actividad en América del Sur y durante su poco entusiasta búsqueda de empleo en Los Ángeles. Todas estaban inmersas en el mismo caos. Por tanto, no nos precipitemos a afirmar que los acontecimientos domésticos particulares en los que su confusión se centra fueron las causas materiales de su ansiedad. Como hemos indicado, la teoría de constructos personales no supone que los acontecimientos sean causas psicológicas.

Profunda invalidación del sistema

La interpretación más plausible de la ansiedad es que sus anticipaciones fueron invalidadas a gran escala; tan grande, en realidad, que comenzó a dudar de la exactitud de ciertos constructos muy básicos. Dado que tales constructos no suelen estar enmarcados por palabras, puede que A. S. se enfrentara a una revisión para la que carecía de herramientas verbales adecuadas.

Pero ¿cómo es que la invalidación afectó a un área tan amplia? Por una parte, parece (a partir de su relato) que siempre había tenido a su ma-

dre como fuente principal de validación; una función que ella, aparentemente, estaba deseosa de cumplir, tanto en su familia como en su comunidad. Disfrutaba de la responsabilidad. Parece que A. S. y ella se referían a este servicio de validadora personal de sus aventuras cuando estuvieron de acuerdo en que él estaba más «cerca» de ella que de nadie más.

Y A. S. pone el dedo en la llaga cuando dice: «Pienso que mi hermana se volvió perezosa porque mamá nunca dejaba que nadie más hiciese nada. Sé que a veces me resentía por esto». El entrevistador informa que, en este punto, A. S. comenzó a llorar un poco y dijo: «Me siento confuso. Mamá pasaba con nosotros el mismo tiempo que pasaría cualquier madre...»; y entonces enmudeció.

En este fragmento, A. S. parece afrontar el hecho de que, de algún modo, su madre se había erigido en el guardián de toda su evidencia validacional, impidiendo así cualquier empresa destinada a probar la realidad en otra parte. Por supuesto, esto es precisamente lo que lo llevó a la confusión. Dice precisamente esto, que está «confuso». Sin embargo, no puede echarle la culpa de una vez por todas, ya que se da cuenta de que no fue la acción de ella la causa de todo lo que había de pasar. Lo que no termina de entender es que fue su propio empleo de su madre como validadora lo que le hizo tan vulnerable al colapso de todo lo que había construido sobre la evidencia que ella le suministraba.

Está claro que A. S. había intentado validar sus anticipaciones en otra parte; las frecuentes peleas lo demuestran. Pero los resultados parecen haber ido siempre en contra de sus expectativas. Sólo en las interacciones con su madre obtenía respuestas coherentes de sus construcciones. Y, antes de Mary, las únicas aventuras que su madre parecía desaprobaban eran las peleas. Cuando A. S. se convirtió en adulto, estas ingenuas intenciones agresivas habían sido totalmente invalidadas, en parte porque siempre perdía las peleas y en parte porque, en ellas, sus padres nunca tomaban partido por él.

Mas A. S. no desistió. Decir algo así sería volver a caer en la tradicional doctrina motivacional, obsoleta desde el punto de vista de los constructos personales. Estaba vivo; y por tanto, era activo. Su agresividad fracasaba porque las alternativas que construía lo guiaban siempre por canales ineficaces.

Durante los últimos tiempos en el colegio, A. S. dice haber «tratado desesperadamente de ser popular». Incluso aunque su madre siempre «intentaba subirme los ánimos y alardear de mí», continuaba buscando otras fuentes de validación. Finalmente, parece haber establecido un íntimo contacto con el mundo externo cuando conoció a Mary. Ahora tenía un proyecto propio, que estaba poniendo a prueba con sus méritos personales. Además, la agresividad de Mary («...cuando quise invitar a Mary a sa-

lir y ella me llamó») le brindó una validación suficientemente firme para hacer sus apuestas. De manera que avanzó poco a poco por el terreno desconocido.

Y entonces fue aplastado por la evidencia invalidacional de su propio hogar. No porque sus padres desaprobaran que se citara con Mary; algo mucho más amenazante fue su aparente metamorfosis. Se volvieron impredecibles. Todo lo que A. S. había creído saber sobre ellos y su relación se vino abajo. No sólo le privaron de las llaves del coche; le quitaron sus claves de la verdad. Ya no fue capaz de entenderlos. De hecho, ¿cómo entender cualquier otra cosa? El hecho de que invalidaran la construcción que él tenía de ellos fue mucho más devastador que la mera desaprobación.

Siempre ocurre así. Una cosa es afrontar la desaprobación, el castigo, el dolor, o una deprimente sucesión de resultados insatisfactorios. Todo esto, el ser humano lo puede entender en parte; y, por tanto, suele afrontarlo sin lamentarse. Pero afrontar el caos es otra cosa muy distinta. Hasta los más valientes se estremecen ante el vacío absoluto. Y no hay peor caos que el que aparece súbitamente donde antes estaba la certidumbre y la amorosa confianza del hogar.

Apoyarse en la pérdida de Mary que padeció A. S. sería errar el blanco. No fue Mary, sino sus padres, quienes habían llenado antes ese vacío. Por añadidura, no se trataba de un vacío físico. La muerte de sus padres le hubiera perturbado menos. Había perdido algo que jamás podría recuperar; incluso abandonando a Mary, incluso con el consuelo cotidiano de sus padres, incluso casándose con una chica a quien ellos aceptaran. Había perdido el profundo sentimiento de validez de la forma en que había organizado su mundo. Esto es lo que parece querer decir a su entrevistador.

Dimensiones de amenaza

La amenaza, la conciencia del cambio inminente en el sistema de constructos nucleares, yace frecuentemente en la raíz de la conducta perturbada. Aunque puede que en ciertos momentos A. S. percibiera cambios inminentes en el horizonte (ciertamente así fue justo antes de intentar suicidarse), hay muy poco en el protocolo que sugiera exactamente lo que pensaba que estaba a punto de ocurrirle. La historia, más bien, está llena de caos y ansiedad, sin nada tan estructurado como la amenaza asomándose frente a él.

Indudablemente, las peleas frecuentes durante la infancia y la primera adolescencia implican amenaza. Pero A. S. nos dice muy poco sobre los vituperios o peligros que desencadenaban las peleas, excepto que peleaba

cuando le parecía que no caía simpático a los demás. Tenemos asimismo a su superior en el ejército. En este caso, las dimensiones de amenaza son más explícitas: «Este tipo era un ejemplo de todo lo que yo odiaba. Alto, dominante, no sabía lo que hacía pero actuaba como si lo supiera todo. Siempre trataba de humillarme, y no podía estar en desacuerdo con él. Yo no podía valerme por mí mismo; siempre ganaba él».

Consideremos los constructos usados y sus contrastes. La implicación es que A. S. era emplazado en un papel de «bajo», «dominado», en el que «aunque supiera lo que hacía no podía actuar así», «humillado», «sin posibilidades de mostrar su desacuerdo», «incapaz de valerse por sí mismo» y «el eterno perdedor». Puede que este fragmento describa mejor que ningún otro los ejes sobre los que se sentía en peligro de sufrir una transformación. Más aún, sugiere algunas de las ranuras más conspicuas sobre las que podía oscilar.

Posteriormente, si hubiese alcanzado cambios básicos en su forma de vida al salir de la órbita de su familia, y cuando se percibiera a punto de verse atraído de nuevo a esa órbita, hubiese sentido la amenaza y tomado medidas extremas para evitar la recaída. Pero no hay muestras de esto, ni de que se viese al borde de un claro desplazamiento en su posición psicológica. Sin embargo, nunca debe subestimarse el influjo de la amenaza en un caso que ha incluido acciones violentas y drásticas; ciertamente, ése es un tema obligado en la exploración terapéutica de A. S.

Oscilación entre dilatación y constricción

Es importante que el terapeuta repare en los movimientos de A. S. en el eje de dilatación-constricción. El protocolo parece indicar que, en general, su método para afrontar la perplejidad era la constricción; es decir, tendía a limitar, y no a expandir, su esfera de intereses. Pero existen importantes excepciones. Su decisión de estudiar sociología ciertamente indica dilatación, aunque el protocolo no especifica cuál era su plan anterior. Su viaje a América del Sur parece haber sido no solamente una impulsiva aventura sin demasiada preparación sistemática, sino una combinación de dilatación y constricción; la primera porque le abriría un mundo de nuevas experiencias, y la segunda porque lo alejaría de acontecimientos que se sentía incapaz de manejar.

Este viaje parece haber sido su último intento de afrontar sus problemas *en masse*. Quizá, si hubiese encontrado allí algún rastro de estructura (como al enrolarse en el ejército), hubiese tenido éxito. Pero no había ninguna forma de vida preexistente esperándole en América del Sur; sólo más caos.

Todo esto sugiere uno de los problemas que se tendrían que afrontar continuamente en terapia. En la medida en que su dependencia del terapeuta fuese segura, y su mundo de realidades importantes se limitara a la sala de consulta, el trabajo avanzaría sobre ruedas. Cuando llegase el momento de aventurarse en el exterior aparecería el peligro de movimientos impulsivos sobre el consabido eje dilatación-constricción. Y estos movimientos le sorprenderían tanto a él como a su terapeuta con resultados inesperados.

En el fondo, el suicidio es siempre un gesto constrictivo. Pero debe tenerse en mente que la constricción es un movimiento hacia un polo de un eje cuyo otro lado es la dilatación. Ser capaz de moverse en una dirección implica libertad para explorar también la otra. Juntos, ambos polos definen una avenida de posibilidades, a veces la única de que dispone una persona perturbada.

Interacción entre culpa y hostilidad

No todos los sistemas psicológicos utilizan los constructos de culpa y hostilidad. Los que sí lo hacen suelen suponer que se afectan mutuamente. La hostilidad suele considerarse una forma de aliviar el sentimiento de culpa; y ésta, a su vez, tiende a producirse cuando uno se percata de que se ha comportado hostilmente.

Como hemos visto, la teoría de constructos personales concibe ambas experiencias a su modo, en consonancia con sus axiomas y con su estructura. Para empezar, distingue claramente entre ambas, con lo cual las descripciones clínicas cobran un aire diferente.

La diferencia entre hostilidad y agresividad

En la teoría de constructos personales, *agresividad* es más bien sinónimo de intrepidez, sobre todo cuando implica fuertes apuestas y acciones persistentes sobre una misma línea. Ya hemos dicho que la hostilidad es un último recurso, el esfuerzo de obtener validación en el dominio de las relaciones interpersonales mediante la extorsión; una engañosa manipulación de los datos en vez de la revisión de los constructos que se han demostrado erróneos.

Parece que tanto A. S. como su padre se sentían amenazados por la madre de A. S. Éste recuerda que ambos «se resentían» por su eficiencia. En términos más adecuados, la forma que tomaba la agresividad de ella les

era amenazante. Ella era un recuerdo constante de lo precario de sus iniciativas vitales, y de la posibilidad siempre presente de que terminaran por mostrarse como unos auténticos incompetentes. Sin duda, también se amenazaban entre sí, puesto que veían en el otro una imagen de sí mismos demasiado plausible para ser reconfortante.

Ante esta sensación de amenaza podían comportarse de modo ansioso, agresivo u hostil; incluso un poco de todo. A. S. parece haber sentido básicamente ansiedad, percepción del caos. Pero en la medida en que expresaba su experiencia como resentimiento y tomaba medidas activas para lidiar con la amenaza, mostraba agresividad. Y no deben olvidarse las evidencias de agresividad esporádica que salpican el informe biográfico. Hay menos evidencias de hostilidad; pero también es cierto que resulta difícil detectarla sólo a partir de un protocolo.

La impresión de pasividad del entrevistador

El énfasis de A. S. en un «rol pasivo» impresionó al entrevistador. Éste apunta también que resultó difícil para A. S. pedir que interrumpiesen la entrevista, incluso a pesar de que parecía sufrir de vez en cuando un extremo dolor. Pero ¿cómo interpretar estas observaciones? ¿Estaba sencillamente asumiendo la postura que esperan los doctores de los pacientes hospitalizados? ¿Era un gesto de indefensión? ¿O de agresivo empeño para que se hiciese algo por él aunque esto implicara hacer el papel de «paciente»? La evidencia clínica sobre este tema proviene más del camino que tomó en el curso de las entrevistas que de la postura que asumió o de su imposibilidad de establecer una petición. Parece haber pedido (o haberse «quejado») bastante en el servicio asistencial. Además, existen diferencias culturales que desorientan frecuentemente al clínico.

También debe tomarse en cuenta otro problema. La orientación teórica del clínico afecta a la forma en que ve las cosas. Puesto que la teoría de constructos personales distingue entre hostilidad y agresividad, el hecho de que A. S. no consiguiera exhibir su hostilidad patentemente en la situación clínica no impide que presentara tendencias agresivas o una impulsiva oscilación sobre este eje. Pero la posición de A. S. en relación con la agresividad no puede determinarse; y debe ser aclarada en las subsiguientes entrevistas terapéuticas.

Tampoco debemos olvidar otra consideración. El protocolo consigna «algunos signos leves de afección cerebral orgánica, como la incapacidad para concentrarse y el deterioro de la memoria, que parecen haber mejorado con el paso del tiempo». Es de esperar que a los daños orgánicos de es-

ta clase les acompañen cambios en la agresividad y menos marcados en la hostilidad (lo cual es otra razón para distinguirlos). Debemos recordar que A. S. puede actuar más agresivamente a medida que se recupere; de ser así, también pueden salir a la luz algunas evidencias de hostilidad.

Signos de hostilidad

Siempre que un clínico se enfrenta a un intento de suicidio debe estar atento a las fuerzas hostiles que este acto puede expresar. Con demasiada frecuencia, la persona suicida utiliza tanto sus amenazas verbales como su tentativa para obligar a aquellos de quienes ha llegado a depender para la confirmación de su perspectiva social a suministrarle evidencia validacional. Esto sólo puede saberse examinando cada caso minuciosamente.

Por supuesto, si uno asume que la hostilidad es la tendencia a destruir o hacer daño a alguien, la conclusión es sencilla: diremos que el suicidio es una muestra de «hostilidad vuelta hacia uno mismo». Y podemos ir más lejos y sostener que la hostilidad se volvió hacia la persona porque no podía escapar hacia el exterior. Lógica impecable, que cualquier clínico puede comprender.

Pero la teoría de constructos personales no auspicia razonamientos como éste. La hostilidad recibe una definición diferente; además, no es una fuerza motriz sino un eje de referencia sobre el que pueden proyectarse las conductas. Al considerar a A. S. bajo este lente intentamos descubrir lo que estaba tratando de conseguir. ¿Qué esperaba que sucediera? Si pensaba que su acción obligaría a sus padres a ceder posiciones tendríamos una evidencia de hostilidad. Si le parecía que el acto iba a producir una especie de validación artificial (por remota que fuese) para su construcción de la vida también hablaríamos de hostilidad. Tal vez intentaba demostrar que su madre era una homicida. Pero de esto no tenemos ninguna pista. Ni siquiera se menciona una posible advertencia suicida previa. Además, como hemos dicho, la hostilidad es difícil de elaborar durante las primeras etapas del contacto clínico.

Control por medio de la culpa

Sentir que uno ha ordenado su vida a través de la comprensión de las perspectivas de los demás es conciencia de rol. Sentir que uno ha perdido su rol, es culpa. Esto no significa que una persona se sienta culpable cuando no consigue satisfacer las expectativas de los demás, sino cuando no lo-

gra adecuarse a las expectativas que sobre sí misma se había forjado a partir de su percepción de las creencias y juicios de los demás.

La culpa se asemeja a la ansiedad; pero la teoría de constructos personales distingue cualitativamente entre las dos. Lo que subyace a la culpa es la pérdida del rol social, el rol que uno se ha marcado a la luz de sus percepciones sociales. La persona no se enfrenta al caos conceptual de la ansiedad, sino al destierro social de su propio sistema de valores. Así, cuando experimenta culpa, siente que le han sido amputados sus mecanismos de confirmación interpersonal; y por consiguiente, su contacto con la realidad social.

Acaso el ejemplo más claro de culpabilidad en la anamnesis de A. S. sea el descubrimiento de que la hermana de su madre había muerto en el hospital neoyorquino antes de que él pudiera visitarla. Ésta es, evidentemente, una inferencia; pero su repentino cambio de actitud, acto seguido, y su esfuerzo para adaptarse a los deseos de su madre en lo que atañía a Mary sugieren claramente que A. S. padeció agudas punzadas de culpa en esta ocasión.

También aquí observamos la clásica relación entre culpabilidad y hostilidad. En respuesta a los sentimientos de culpa, A. S. escribió a Mary que tenían que «separarse», y le pidió que le devolviera el anillo de compromiso. Cuando se hizo evidente que todavía había un vínculo entre los dos, A. S. dice haber sentido rencor. Había sido embaucado por la culpa. ¿Cómo manejar a su madre sin dejarse embaucar de nuevo? Así, se sentía culpable por haber dejado a su madre desamparada mientras la hermana de ésta moría; y se sentía hostil porque el sentimiento de culpa lo había devuelto al principio del círculo vicioso.

No hay nada en el protocolo que indique el efecto que A. S. anticipaba que tendría su tentativa suicida sobre su rol. Había tratado de matar al hijo de su madre: ¿se sentía culpable por ello? ¿O es que pretendía reinstaurar un rol infantil, quizá ejemplificado por el aliciente a la atención de su madre, o incluso por las dos leches malteadas que tan bien simbolizan sus más profundos anhelos?

Debemos también tener en cuenta que había empezado a estructurar su rol en términos de otras figuras; indudablemente, Mary y la chica de la que se enamoró durante su último año en el ejército estuvieron involucradas, al igual que su hermana. Quizás tuvo algo que ver el divorcio de ésta. Seguro que sus truncados intentos de casarse con Mary y con la otra chica le hicieron sentir que no había estado a la altura del listón que se había construido a partir de sus sentimientos por ellas.

Vale la pena explorar en profundidad una frase de esta parte del protocolo. Al hablar de la segunda chica dijo: «Sentía que me estaba enamo-

rando de ella, y era muy difícil para mí decirle a ella que era amor, pero con el tiempo supe que sí lo era en realidad». ¿Es que había alcanzado un punto en el que la sensación de estar enamorado era amenazante? ¿O bien no podía hablar de tales sentimientos sin sentirse culpable? Y más tarde, en Los Ángeles, ¿contribuyó el recuerdo de su incapacidad para admitir una relación amorosa a su pérdida de rol, su sentimiento de culpa? Tal vez no podría decirle que la amaba porque, de haberlo hecho, hubiese confirmado el punto de vista de sus padres acerca de Mary; y la pareja hubiese sido un sucedáneo, un recuerdo constante de su propia incapacidad para confirmar su forma de vida.

Preguntas

¿Trataba A. S. de terminar con su vida o de validarla?

Hemos de volver a los temas fundamentales expuestos en un principio. ¿Tenemos alguna evidencia de que A. S. haya dedicado su vida a un propósito que hubiera debido abandonar para seguir viviendo? Es evidente que disponemos de poca información; pero, si había ese propósito, debió ser establecer su independencia como persona. Estaba en quiebra; había gastado su último centavo. Podía pedir ayuda; pero eso es precisamente lo que, al parecer, estaba decidido a evitar. Dejar de comer hubiese atraído una generalizada e indeseable preocupación por su bienestar; y sabía (acaso demasiado bien) que no podría pagar la cuenta del doctor. En efecto: si hubo un camino en firme que A. S. eligiera seguir, parece haber sido el camino a la independencia. Pero sin importar lo que concluyamos a partir del protocolo, esta pregunta sólo podría responderse en las entrevistas terapéuticas posteriores.

Consideremos las dos condiciones límite para acabar con la propia vida: el realismo absoluto o el caos absoluto. De las dos, la segunda es la que parece aplicarse al caso de A. S. Seguro que afrontó una realidad inexorable al comprar su última leche malteada; pero la imagen global indica una perspectiva caótica, o ansiedad (como la llamaríamos en la teoría de constructos personales). Es más plausible que A. S. haya intentado acabar con su vida, no validarla.

Es interesante comprobar que dos de sus últimas acciones, la compra de la leche malteada y tomar un baño, fueron dirigidas aparentemente por construcciones profundamente arraigadas. Puede que fuesen preverbales; esto es, que no fuesen fáciles de etiquetar ni de analizar. A. S. se acuerda de que, después de que le extirparan las amígdalas a los once años, lo llevaron

a comer varias delicias: entre ellas, la leche malteada. Hay otro fragmento del protocolo que parece expresar constructos preverbiales, en el que A. S. habla de despertarse temprano por la mañana y bajar las escaleras a toda prisa para vestirse frente al cálido hogar. En alguna parte, entre estos elementos, el clínico puede esperar construcciones vagamente formuladas que le ayuden a imaginar el estado mental en el que A. S. ingirió los barbitúricos. Y esta imagen puede iluminar la estructura básica de A. S. y, por consiguiente, sus recursos.

«Algo mayor que yo mismo»

La expresión «necesito algo más grande que yo mismo» es un tópico del discurso motivacional; pero A. S. le otorga un significado particular al añadirle la frase: «Un sentimiento de que en mi hogar me comprenden». Había terminado por depender de este sentimiento de comprensión como su evidencia para la mayor parte de su construcción de la vida, y particularmente de las relaciones de rol. Probablemente, todos necesitamos de algo mayor que nosotros mismos. Y ese algo mayor es el mundo de la realidad, y la sensación de estar en contacto con él. Porque perderlo es perder un asidero con el futuro: descubrir que la empresa vital de enlazar pasado y porvenir ha fracasado. En el sentido más general posible, A. S. intentaba decir que le hacía falta restablecer el único pie firme en el mundo real del que había disfrutado.

Pero ¿por qué no consiguió trabajo?

Puede que no hubiese pasado lo que pasó si A. S. hubiera sido capaz de hacerse el propósito de independizarse. Sin embargo, un propósito como este fluctúa mucho y mal cuando el propio sistema de verdades ha perdido su validez. A. S. dice: «Hubiese mirado los periódicos e intentado conseguir un empleo, pero parecía que no podía dar el primer paso. Antes los miraba, pero ya no. [...] Y todo el tiempo, mi humor empeoraba, y tenía ganas de cortar las relaciones con mi familia». Bajo estas condiciones, estaba demasiado preocupado por sus conflictos internos para lustrar sus zapatos y poner buena cara a un entrevistador. La tarea que afrontaba no se podía reducir a la búsqueda de un empleo.

¿Por qué se marchó a América del Sur?

La única relación, fuera de su familia que parece haber arraigado es la que sostuvo con la chica sudamericana. Por añadidura, las objeciones de sus padres eran de carácter estereotipado: le hicieron saber que su forma de vida no casaba con la supuesta forma de vida de ella. Y si A. S. quería abandonar totalmente sus antiguas apuestas, ¿qué mejor lugar para ello que el que se identificaba con una forma de vida diametralmente opuesta?

Indudablemente, fue una aventura imprudente. Él mismo admite que tardó sólo una tarde en decidirse. Además, debemos recordar que, en este momento, Mary se había vuelto desconsiderada, cosa que A. S. achacaba a sus padres. Acaso en América del Sur existían más personas del tipo que Mary había sido antes.

Planes para la psicoterapia

Los planes psicoterapéuticos deben tener siempre en cuenta los constructos personales del terapeuta, igual que los del cliente. Quizá incluso más, porque no siempre puede confiarse en que los clientes mantengan a los terapeutas sobre la pista. En otras palabras, si el terapeuta de A. S. era psicoanalista, es mejor diseñar el programa en términos analíticos que arriesgarse a la confusión de seguir planes de constructos personales vistos con un prisma analítico.

Desde la perspectiva de los constructos personales, el objetivo de la psicoterapia es restablecer e intensificar los procesos psicológicos universales que hacen de la vida una propuesta en movimiento. El cliente necesita una dosis suficiente de estructura para hacer sus apuestas, canalizar sus esfuerzos agresivos y aceptar sus pérdidas. Necesita experimentar con alguna noción de lo que está en juego. Necesita acceso a varias formas de realidad para usarlas como evidencia validacional. Necesita disponer de una metodología para tratar con su mundo por partes y no en términos catastróficos. Necesita relaciones de rol para tamizar los resultados sociales y sostenerse como un individuo: en relación con, pero distinto de, las demás personas. Necesita una estructura básica que no se vea muy afectada por las vicisitudes diarias de la vida. Por último, necesita saber que el final de su terapia no será un estado terminal de bienestar, sino un curso de acción en el que embarcarse y que podrá redibujar a lo largo de su vida.

Problemas terapéuticos inmediatos

En este caso tenemos el problema de la rehabilitación médica. Debe considerarse, en los planes psicoterapéuticos, el cronograma de cualquier reparación estructural debida a la traqueotomía. Es de esperar que también se requiera de un tratamiento médico somático. Si el tratamiento se vuelve ambulatorio con celeridad, deben resolverse los problemas de empleo y residencia. También deben afrontarse otros problemas de ajuste inmediato: la forma en que A. S. se presentará a los entrevistadores de empleo y a sus nuevas amistades; cómo utilizará los recursos educativos y recreativos; cómo manejará las fechas de sus entrevistas psicológicas.

Para tratarlo en una clínica de higiene mental de la administración de veteranos del ejército, debemos diagnosticarle una incapacidad relacionada con el servicio militar. Estuviese o no implicado éste, la noción misma de «incapacidad relacionada con el servicio» es perjudicial para la psicoterapia; especialmente en un caso de esta clase, y mucho más cuando la psicoterapia se contempla desde la teoría de constructos personales. Aquella noción sugiere, de modo muy desafortunado, que las dificultades psicológicas de la persona fueron causadas por acontecimientos externos, no por la forma en que se enfrentó a ellos.

Contando con todas estas suposiciones pragmáticas, pensamos que la psicoterapia de A. S. puede establecerse sobre una base ambulatoria. Lo mejor sería que el programa se iniciase de inmediato; y los planes de largo plazo deberían trazarse con toda la precisión posible, mientras la reciente experiencia está fresca en la mente de A. S. y antes de que se perfile algún otro tipo de ajuste. Por cierto, la relación con su terapeuta, crucial en este caso particular, ha de entablarse sin demora; y A. S. debe ser consciente de que continuará hasta después de que haya sido dado de alta. En ciertos aspectos, la experiencia que ha tenido sirve como una terapia de choque; y como en todas las terapias de choque, cuanto antes se forme el vínculo terapéutico, mejor. Con demasiada frecuencia se tiende a esperar que el paciente vuelva a estar «en contacto». Pero eso es un error; es necesario comenzar el trabajo antes de que el paciente haya recuperado su vínculo con el mundo cotidiano.

Elaboración del sistema de constructos

Hasta ahora sabemos muy poco del sistema de constructos de A. S. como para anticipar las reformulaciones que son necesarias y la forma en que han de favorecerse. La teoría de constructos personales nos lleva a diseñar

estas intervenciones en los propios términos del cliente y no en términos de alguna versión dogmática de la realidad o la psicodinámica. La tarea deja de ser puramente técnica y se convierte en una conceptualización creativa. Cliente y terapeuta trabajan en equipo, sin que el terapeuta haya de esperar pacientemente a que el cliente adopte su forma de pensar.

Parece que A. S. tiene la necesaria claridad de ideas como para expresar amplias porciones de su perspectiva en palabras. Además, parece dispuesto a aventurarse en las áreas confusas, donde las palabras le fallan pero puede expresarse con gestos y lágrimas. Con esta combinación de habilidades ventajosas, tan apreciables en cualquier cliente de psicoterapia, no será demasiado difícil conseguir que algunos de los constructos preverbales sean formulados con la precisión necesaria para examinarlos y someterlos a prueba.

Pero esto no es más que una conjetura. Si A. S. se lanza a tratar sus problemas en vagos términos de falta de valor y hostilidad generalizada, el terapeuta ha de anticipar un trabajo muy prolongado. Si este peligro se insinúa, será importante mantener la elaboración del sistema de constructos bien estratificada; y tomar con cautela cualquier *insight* elusivo en expansión. Es necesario tener en cuenta, sobre todo, las dos ranuras ya mencionadas en las que A. S. puede oscilar: dilatación-constricción y agresividad. Hasta que la naturaleza de estas dimensiones de constructos no salga a la luz, el terapeuta deberá estar extremadamente alerta.

Establecer relaciones que funcionen con los padres

El terapeuta tendrá que resolver una difícil cuestión en la primera parte del juego. ¿Habrán de formar él y su cliente una relación de rol con sus padres? ¿O preferirán constreñir el campo y minimizar la interacción con éstos? Esta decisión puede posponerse hasta haber explorado los recursos sociales del cliente; pero no más allá.

Todo indica que la terapia no podrá alcanzar un fundamento de construcción estable a menos que asuma el primer derrotero. Hay demasiadas construcciones al nivel de la nutrición y la culpa primitiva de que una simple subrogación por un mundo de relaciones adulto es impensable. Incluso si el terapeuta está dispuesto a admitir un rol transferencial muy dependiente, el padre y la madre son una parte tan importante del mundo de A. S. que no los podrá dejar al margen.

Sospecho que esto no será del agrado de A. S. Pondrá objeciones, en especial cuando empiece a sentir que ha descubierto un nuevo asidero a la vida. Cada vez que explore las relaciones con sus padres percibirá las anti-

guas amenazas, acechantes ante él: la madre, que atesora con vehemencia las claves de la realidad y la verdad, y el infortunado padre, con quien A. S. se irrita con su terapeuta por ponérselo ante los ojos.

Pero es un retrato, no una fotografía; un retrato que él mismo ha pintado, y esto es lo que debe comprender. Puede pintarlo de otras maneras, no menos exactas y mucho más reveladoras. Más aún, este nuevo boceto puede validarse mediante la exploración agresiva de las personalidades parciales. Ambos miembros del equipo terapéutico necesitarán una buena dosis de pericia; pero sólo así A. S. podrá otorgar sentido a su perspectiva incipiente, lo cual sentará profundos cimientos para su nueva estructura de personalidad.

Los terapeutas suelen ver con malos ojos a los progenitores, en especial a la madre. Dado que las madres juegan un papel principal en el desarrollo de la personalidad de los clientes, es fácil que los terapeutas entren en competencia con ellas. Los clientes suelen anclar sus construcciones inadecuadas en sus madres; y por eso se llevan la impresión (y también sus terapeutas lo hacen) de que esas «brujas perversas» se los impusieron engañosamente.

La teoría de constructos personales, a través de su posición básica, nos permite superar esta falacia sujeto-predicado. Esperemos que nos ayude a evitarla en el caso de A. S., a medida que recibe ayuda para reconstruir a su madre. Además, es muy probable que sea ella, y no A. S., quien haya soportado el mayor sufrimiento. Ella debe afrontar tanto la culpa como la ansiedad. Como es una persona agresiva, tal vez trate de conducir la situación mediante la hostilidad, cerrándose a la posibilidad de recibir apoyo y comprensión. Pero esto no significa que el terapeuta enterado, o el hijo perceptivo, deban abandonarla. Tampoco al padre. Con todo lo que ha sucedido, ¿qué más podría necesitar éste para confirmar su propia incapacidad?

Éste no es lugar para elaborar las técnicas que se derivan de la teoría de constructos personales. Evidentemente, cada terapeuta la empleará para idear técnicas que no se les ocurrirían a otros. Y en la terapia de constructos, con frecuencia los clientes diseñan sus propias técnicas.* Y así es

* Es difícil apreciar el inmenso valor de este comentario hecho sólo de pasada pero que constituye en sí mismo una idea seminal, radical e innovadora. Considerar al cliente como capaz de diseñar sus propios procedimientos terapéuticos no es nada frecuente en la historia de la psicoterapia, y sólo recientemente encontramos voces que proponen esta misma idea (Anderson y Goolishian, 1992; Duncan, Hubble y Miller, 1997, citados en la introducción). En otro lugar (Feixas y Neimeyer, 1997, citado en la introducción), hemos presentado un caso empleando esta perspectiva, es decir, las técnicas que el propio cliente propuso. (Nota del compilador en castellano.)

como debe ser: porque ¿de qué sirve una terapia que produce clientes mentalmente asépticos e incapaces de concebir por su propia cuenta nuevas maneras, buenas o malas, de vivir sus vidas? ¿De qué le serviría a A. S. salvarse de su confusión actual para navegar a la deriva, sin el ingenio para inventar su propio modo de salir de los problemas? Esperemos que la terapia ponga sus pies en la tierra sobre una nueva carrera: una carrera hacia el futuro.

Bibliografía

Kelly, G. A., *The Psychology of Personal Constructs*, Nueva York, W. W. Norton & Company, Inc., 1955.