



## El Sí Mismo en Proceso

Vittorio Guidano

ISBN: 8475099750, 9788475099750

Número de páginas: 296

Editorial: Paidós, Barcelona. 1994

---

Escrito 8 años antes de su muerte, “El sí mismo en proceso” es el tercer libro de Vittorio Guidano<sup>1</sup>. Dividido en dos grandes apartados que configuran casi dos libros por separado, esta obra condensa tanto la concepción epistemológica y teórica como la mecánica de trabajo en psicoterapia del autor.

Un texto escrito desde la claridad que entregan los años trabajando desde la mirada ontológica y que aclara en su estructura el orden necesario para acercarse al modelo: quiebre epistemológico-filosófico, acercamiento ontológico de la experiencia humana, profundidad teórica y clara diagramación de mapas de exploración. Todo esto como la antesala necesaria a la preparación de la terapia, la construcción de un estilo de exploración y la aclaración de un setting de trabajo con los pacientes.

Durante la primera parte del libro, se hace alusión de forma insistente y necesariamente reiterativa a la noción de dos niveles de experiencia (inmediata y explicación) y a cómo la dinámica entre estos dos niveles es inevitable en el ser humano. Es esta idea la que sustenta la primera parte (“premisas teóricas”) y es también la que sustenta la terapia desde el modelo, en la medida que es la dinámica experiencia-explicación el “área de trabajo” del terapeuta postracionalista. Sin embargo, algo que diferencia este libro de los anteriores es cómo esta dinámica está enmarcada desde un comienzo en el enfoque ontológico, dándole mayor importancia al proceso de crecimiento y a las experiencias vinculares repetitivas, que a las cuestiones epistemológicas-filosóficas (ya hace un rato fuera de discusión para quienes se acercaran a leer a Guidano). No resulta tan importante el dar vueltas y más vueltas en torno a la refutación de las llamadas “teorías balde”, sino proponer desde un comienzo la lógica clara de una mirada evolutiva y de crecimiento estrechamente ligado al modo característico del ser

humano de experimentar y autoreferirse estas experiencias. Tempranamente en la lectura nos encontramos con la noción de la historia de relaciones vinculares como el evento organizador de la experiencia inmediata en una lógica explicativa de segundo nivel a partir del primero.

Esta mirada tan claramente diagramada por el autor, resulta ser de mucha utilidad en el proceso de terapia, por cuanto alude a procesos que son fácilmente reconocibles en la misma relación con el terapeuta. La distinción principalmente ayuda a separar discursos de narrativas personales, haciendo más fácil la tarea de reconocer pautas de vinculación neuróticas en la relación terapéutica y evitar así la reiteración de estas. Por ejemplo, una paciente que pide reaseguramiento al terapeuta (“¿Usted cree que esto se me va a pasar?”) está a nivel de discurso buscando legítimamente sentirse tranquilizada por el otro; sin embargo, a nivel de narrativas, al analizar su estilo de relaciones con su entorno se podría encontrar un estilo demandante y una alta necesidad de control vincular no referido internamente. El terapeuta si tiene clara conciencia de los dos niveles de experiencia podría fácilmente evitar la reiteración de una pauta neurótica de vinculación y así no caer en un juego terapéutico que retrasaría los cambios y avances posibles.

Los procesos de cambios se dan por reorganizaciones en el segundo nivel, entendiendo siempre que el ordenamiento de nuestro mundo es inseparable de nuestro ser en él. “El desarrollo de la personalidad se despliega como un proceso en espiral de construcciones y reconstrucciones que se desprenden de la capacidad de experimentarse a sí mismo como sujeto y objeto”.

En cuanto al desarrollo de mapas de exploración, una característica de este libro con relación a los anteriores, es lo condensado y resumido que desarrolla el aspecto más teórico de dichas organizaciones, haciendo la real profundización en la última parte del libro cuando propone esquemas de trabajo según estilo organizacional.

Si bien en otros libros desarrolla más en extenso la idea de Organizaciones de Significado Personal (Guidano 87 y Guidano y Liotti 83), la claridad con que presenta en este libro las sendas evolutivas de cada organización, ayuda mucho a dar con los aspectos centrales de forma sucinta. Sobre todo permite diferenciar claramente una de otra, marcando los límites entre las distintas claves hermenéuticas.

Vittorio F. Guidano A.  
(1944 - 1999) fue un  
neuropsiquiatra Italiano,  
creador del Modelo  
Cognitivo Procesal  
Sistémico y la Terapia  
Cognitiva Posracionalista  
de influencia cognitivo-  
constructivista.  
Su trabajo es de gran  
influencia el campo de la  
psicoterapia.

A mi parecer, el más útil aporte de este libro en cuanto a osp es la claridad con la que resume en una o dos frases las estrategias de regulación que necesita cada una para lograr la generatividad y la salud mental; a saber:

- El paciente depresivo, en su progresión positiva, apunta al logro de una “diferenciación e integración continuas del tema de la pérdida, acompañadas por la evolución de la capacidad para la autorreferencia positiva a niveles cada vez más abstractos, hasta el punto en que el individuo experimenta la pérdida como una categoría de la experiencia humana y no ya como un destino personal de soledad y rechazo”.
- En el paciente fóbico la generatividad de la dinámica yo/mi reside en el “intento de controlar una emoción hasta el punto de excluirla de la autoimagen explícita, pero sólo tras haberla experimentado”. Esto implica el establecer nuevos lazos afectivos, cortar los antiguos, percibir la soledad y la restricción crecientes en las relaciones significativas, lo que ayuda al paciente fóbico a integrar los desequilibrios previos en esquemas más articulados.
- En el paciente DAP plantea que “la asimilación e integración de los sentimientos angustiosos, al desencadenar posteriores reordenamientos del mi, permiten reconocer marcos internos de referencia en el yo para organizar patrones más fiables, estables, de la autopercepción”. En otras palabras, la delimitación progresiva respecto de los otros (con la consecuente relativización de esos otros a partir de ejercicios de heteroreferencia) va acompañada por un sentido creciente de individualidad y autonomía personal.
- Por último, la generatividad en una organización cuya progresión está marcada por apariciones intermitentes de sentimientos incontrolables y de difícil integración en la autoimagen (Osp obsesiva), apunta a una mejor decodificación de la propia modulación emocional. Esta mejor decodificación le permitiría a la persona descubrir que el sentido de su identidad “no puede fundarse sobre la universalidad impersonal del pensamiento”.

Al analizar lo expuesto por el autor, podemos identificar claras estrategias terapéuticas y objetivos a lograr, respetando abiertamente el estilo organizativo de cada cual. Esto último, con la relativa excepción de la organización DAP, donde a partir de lo escrito queda la sensación que la terapia propuesta apunta a que pacientes de este estilo desarrollen habilidades que los alejen del mismo estilo (que “sean menos dap” para sentirse mejor). En este punto, no queda claro como lector si dice relación con alguna dificultad en la traducción (hay quienes refieren al leer el libro en italiano o inglés, que la traducción castellana está realmente mal hecha), o si efectivamente el desarrollo clínico en los pacientes con Desórdenes Alimenticios deja una brecha de estudio mayor que en las otras organizaciones.

Con todo esto, resulta muy útil para un terapeuta (y hasta agradable desde mi experiencia personal) trabajar con las distinciones y su polo “positivo” (paciente en generatividad, coherencia y flexibilidad), en la medida que te orienta desde un comienzo en la dirección buscada por quien solicita ayuda. Es esto lo que define finalmente la OSP como un mecanismo de evaluación en psicoterapia y no como una herramienta para realizar algún corte de tipo transversal psicodiagnóstico (en su mirada psicopatológica). Es en curso, es en evolución, es una distinción ontológica.

La segunda parte del libro, ya teniendo claros los quiebres teóricos y distinciones propuestos por el autor, se transforma en un zambullido directo a la psicoterapia. Primero nos aclara la relevancia absoluta de la relación vincular como condición para la realización de un proceso de cambio, que no puede ocurrir sin la vivencia emocional, para luego guiarnos hacia los esquemas de trabajo terapéutico. Guidano propone esquemas y estructuras no sólo como modelo de terapia general, sino aplicado a cada estilo organizativo. Una crítica a priori podría ser tachar esto de un intento de manualizar terapias sin considerar las diferencias individuales. Sin embargo, al leerlo queda muy claro que lo que propone es una forma abstracta de entender la guía de la conversación, de la exploración y del autoconocimiento en el paciente a partir de la reconstrucción de escenas desde la dinámica yo/mi.

Dicha estructura incluye:

- Entrevista orientada a la reformulación interna: el paciente llega con un motivo de consulta referido externamente, y durante la primera sesión, con la ayuda de las claves hermenéuticas ya mencionadas, guiamos al paciente a distinguir sensibilidades internas asociadas a su problemática (no sería “me viene un ataque de pánico”, sino “soy sensible a la potencial pérdida de figuras de protección”).
- Exploración de la dinámica yo/mi en torno a la problemática ya reformulada. Aquí es donde la Moviola como estrategia descrita asume un rol fundamental por cuanto se propone al paciente como el estilo de conversación que marcará tanto la terapia como los ejercicios que solo hará en su casa.
- Reconstrucción del estilo afectivo, que implica el analizar con la Moviola la historia de relaciones significativas del paciente (identificando el inicio sentimental, la secuencia de relaciones significativas y el modo en que se forman, se mantienen y se disuelven estas relaciones), siempre poniendo claro énfasis en cómo estas fueron experimentadas, evaluadas y autoreferidas.

- Reconstrucción de la historia evolutiva, que apunta a un completo y extenso estudio de las relaciones tempranas con las figuras de apego, tendiente a entender cómo surge el estilo organizativo actual desde sus inicios y como va evolucionando por etapas. En este caso muy importante el diferenciar la visión en primera persona de la visión en tercera, reconstruyendo “con los ojos del presente”.

Siguiendo la evolución de los mismos casos, Guidano diagrama tanto el ejercicio de reformulación interna como las tres fases de terapia propuestas. Si la primera parte destaca por presentar una forma de pensar, la segunda propone una manera de actuar en terapia. Los 4 casos descritos hacen muy fácil el recordar las propuestas del autor, lo que convierte esta segunda parte en un libro de consulta para la psicoterapia.

Un libro absolutamente imprescindible para el terapeuta postracionalista, y en general una buena herramienta de aprendizaje para quienes sin aferrarse al modelo, buscan guías para desempeñarse mejor en terapia.

---

**Rodrigo Inostroza Cea**  
Psicólogo y psicoterapeuta



Editado por  
Cipra – Círculo de Psicoterapia Cognitiva Post - Racionalista  
Concepción. Chile. Teléfono 56 – 041 – 2466054. Web: <http://www.cipra.cl>