

Lenguaje

Acción

Prejuicio*

Gianfranco Cecchin¹

Uno de los argumentos más debatidos al interior del mundo de la terapia familiar en estos últimos años ha sido, sin duda, el rol del terapeuta, y en particular, la idea de que éste último busca evitar ser un instrumento de poder y control, además de ser utilizado para tal fin por otros (Hoffman, 1985,1993). Muchos estudios recientes, en particular en el campo de las aproximaciones narrativas y colaboradoras (Anderson & Goolishian, 1988; Gergen, 1991; White, 1989), han enfrentado el problema de cómo los terapeutas pueden sustituir el poder y el control con una actitud de colaboración, respeto, curiosidad, connotación positiva y actitud de escucha (Cecchin, 1987; Palazzoli, Boscolo, Cecchin & Prata, 1978, Ray & Keeney, 1993). Hay pues una crítica al modelo intervencionista, donde el terapeuta planifica una intervención, una sugerencia o una prescripción, con el fin de obtener un resultado predecible (Anderson & Goolishian, 1988; Hoffman, 1993).

En este trabajo intento sostener que la influencia, al interior de las relaciones, es inevitable, que no es predecible porque en buena parte conecta a los prejuicios implícitos de los interlocutores, finalmente que las palabras que usamos revelan indirectamente nuestros prejuicios pero son también un instrumento formidable para desafiarles.

Considero que cuando las personas comunican inevitablemente se influncian, pero también que también esto sucede de modo no predecible. Antes que todo pues debemos reconocer que la intervención es inevitable, puesto que comunicar significa invadir el espacio privado de los otros (Cecchin, Lane & Ray, 1994; Fish, Weakland & Segal, 1982; Weakland & Ray, 1994). La manera en la cual un individuo define sus propias relaciones con los otros tiene efectos y, a su vez, es influenciado por la naturaleza y el tipo de influencia puesto en juego. El debate entre la posición interventista y la posición no interventista, al interior de esta perspectiva, no tiene más sentido. Esto que nos interesa, entonces, no es la influencia o la no influencia, sino más bien el saber capturar la cualidad y la naturaleza de nuestro participar en las relaciones, y, en consecuencia, el poder comprender las reacciones que nuestro modo de ponerse en relación puede crear en los otros.

¹ Gianfranco Cecchin, psiquiatra, psicoanalista y terapeuta familiar, fallecido en el 2004, fue co-director del Centro de Terapia de la Familia de Milán.

**Traducción de Daniela Labarca, Licenciada en Psicología de la Universidad de Chile.*

Por otra parte no debemos olvidar que, si bien alguna influencia sea inevitable, no podemos en absoluto prever el efecto de nuestro comportamiento. Incluso si está animado de las mejores intenciones, nuestro comportamiento podría contribuir a crear un sistema fundado en el poder y en el control en vez de una colaboración igualitaria.

El terapeuta, por ejemplo, a menudo hace lo mejor para ser extremadamente respetuoso y escuchar con mucha atención, y para hacer esto mantiene una actitud de escucha silenciosa; en este caso, a despecho de la intención del terapeuta, el paciente puede percibir su comportamiento como el de una persona misteriosa y enigmática, y también reticente, que rehúsa revelar su pensamiento o de sugerir soluciones posibles. Pero puede también suceder la situación opuesta: cuando el terapeuta intenta controlar la situación, haciéndose cargo y dando prescripciones o sugerencias, puede ser percibido por el paciente como poco competente: tal comportamiento en efecto es observado en personas que, no saben qué hacer, reaccionando de manera pseudo-tranquilizante.

Considerando estos límites de las intenciones conscientes, es posible, para el terapeuta, una solución diferente: considerar el rol que él juega en co-crear una relación que evoluciona, y los modos para lograr una evolución favorable.

Y bien no obstante enfatizar que es bastante difícil percibir la cualidad de nuestro modo de contribuir a la relación, en cuanto ello es muy complejo, y en buena parte analógico, y, la mayoría de las veces, se encuentra fuera del alcance de nuestra conciencia (Bateson, 1972; Sullivan, 1954). Nos es posible no obstante elaborar algunas hipótesis concernientes a nuestras modalidades de contribuir a las relaciones en acto; esto es gracias a la ayuda de la consulta entre colegas, utilizando un espejo unidireccional, o analizando los videos de nuestras sesiones o de las de otros terapeutas.

Este esfuerzo de comprender nuestras modalidades de contribuir a la evolución de las relaciones de las cuales participamos, equivale a rendir explícitamente los prejuicios implícitos que están bajo nuestras acciones y nuestras palabras. Si bien: reconocer los prejuicios que manejan implícitamente nuestro comportamiento en sesión, es comprender los efectos que estos pueden tener sobre los otros, es ya muy complicado. Sin embargo existe un problema todavía más delicado: en general las personas no aman revelar sus creencias y sus convicciones profundas (es decir sus prejuicios), y hablarlos. Tienden más bien a ser ciegos respecto de ellos, y esto vale, también para nosotros los terapeutas.

Esto es del todo comprensible. Es raro que un individuo sea capaz de revelar libremente sus propios prejuicios. Además, estas certezas íntimas son creadas en el tiempo atravesando procesos comunicativos con otros individuos, los cuales tienen estas mismas opiniones secretas igualmente fuertes: y todos nosotros estamos siempre rodeados de personas a las cuales estamos ligados por intereses vitales, los cuales no se explicitan y no se ponen a confrontar las propias convicciones y sus propios prejuicios, en cuanto los

consideran, más bien, como la verdad.

Ninguno de nosotros puede por consiguiente considerarse inmunizado de la dificultad de revelar los prejuicios recónditos. Todos nosotros tendemos a tenerlos ocultos ya que nuestras relaciones más íntimas podrían estar amenazadas. En todas las relaciones en las cuales están en juego intereses vitales (por ejemplo en las relaciones conyugales y familiares y en muchas relaciones profesionales, no sólo de naturaleza psicoterapéutica), sería peligroso no mantener implícitos las propias convicciones profundas hacernos más bien objeto de discusiones.

Por otra parte los prejuicios, debido a que quedan encerrados en el secreto, pueden degenerar y llevar eventualmente al aislamiento. En terapia, por ejemplo, se puede sostener que los fracasos dependen siempre de un prejuicio del terapeuta que no ha podido comprender y poner en discusión. El poner en duda los propios prejuicios, por consiguiente, puede conducir al sufrimiento y a la desesperación, pero también a una evolución positiva de las relaciones (Jackson, 1965; Laing, 1969; Lane & Russell, 1987).

Pero otro aspecto importante es que los prejuicios de cada uno de nosotros, tarde o temprano, se quiera o no, se revelan a través de nuestro modo de vivir, nuestras conversaciones y nuestras acciones (Maturana & Varela, 1980; von Foerster, 1984). Nuestros prejuicios, en efecto, se dejan entrever más allá de aquello que aparentamos, y se evidencian en nuestras relaciones con los otros, en lo que hacemos, y sobre todo en nuestras palabras (Keeney, 1983; Watzlawick, Beavin & Jackson, 1967).

Si consideramos, en efecto, que cada palabra es, en el fondo, un prejuicio: o, mejor, es una parte del mosaico en buena parte no consciente constituido por nuestras premisas implícitas en la decodificación, puntuación y en el atribuir sentido al mundo y a la experiencia. El lenguaje contribuye a formar anticipadamente nuestras percepciones, nuestras conexiones y significados que atribuimos a los hechos y a las interacciones; estas, por una parte, nos liga a aquellos que comparten nuestra lengua, y revela los prejuicios compartidos por una cultura, un grupo social, un pequeño grupo con historia como la familia, que elabora siempre un específico "Léxico familiar"; por otra parte, en la infinita posibilidad de combinación de las palabras de las cuales disponemos, y gracias a la polisemia que caracteriza cada término singular, revela los prejuicios peculiares a nosotros solos, como individuos.

Quisiera ahora examinar un punto muy importante. Uno de los prejuicios más comunes de cualquier terapeuta es precisamente la idea de poder influenciar a los otros. Esto es humanamente comprensible, y, quizás, inevitable. Cuando un niño crece como su madre siempre ha deseado y esperado, ¿Cómo podría no estar convencida de tener el mérito?. Y, del mismo modo, un terapeuta no puede estar orgulloso del paciente que muestra un mejoramiento neto, así como un juez no puede sentirse responsable del hecho de que un criminal se arrepienta.

La idea de influenciar a los otros es una convicción fundamental de cada aproximación terapéutica, incluida allí la terapia familiar. Por otra parte, nosotros no seríamos terapeutas si no estuviésemos convencidos de poseer una cierta actitud de influenciar a los otros.

Pero, si bien es inevitable, como habíamos visto, que nosotros influenciamos en los acontecimientos, es también verdad que nosotros no podríamos nunca prever los resultados de nuestros esfuerzos. Salve Dios al terapeuta (y a sus pacientes) cuando este caiga en la ilusión de poder prever los efectos de las propias acciones! (Cecchin, Lane & Ray, 1992a).

Consideraremos ahora un aspecto a veces crucial en psicoterapia. Muchos pacientes se presentan a un terapeuta precisamente para ser capaces de comprender y aceptar que nuestros esfuerzos de influenciar el próximo fracaso regularmente: se trata, por ejemplo, de maridos frustrados porque son incapaces de controlar a la mujer, o de padres en crisis porque son impotentes de constreñir a sus propios hijos a obedecer.

En estos casos está bien preguntarse: ¿Cómo puede un terapeuta hacer que el paciente renuncie a la idea de poder cambiar a la propia mujer, o viceversa, si el terapeuta mismo está convencido de poder cambiar al propio paciente?.

Sucede que una terapia termina bien cuando el paciente deviene capaz de verse como "actor", es decir, como participante activo más bien que como una víctima de ellas circunstancias. Y ser "actor" significa también ser capaz de someterse de buen grado a las influencias de los otros. Sin embargo, este cambio difícilmente puede tener efectos duraderos a menos que también los familiares tengan acceso a la misma experiencia. Es, sobre todo, en caso de que también el terapeuta no se sepa "actor", esta persona que participa de un proceso evolutivo influenciando y siendo influenciado, pero que no puede nunca considerarse artífice y causa del cambio.

Resumiendo, mantengo que ser conscientes de los propios prejuicios y desarrollar una propensión a utilizar esta conciencia no es nunca fácil y, la mayoría de las veces, implica un detenernos sobre cuales palabras utilizamos en el presentarnos a los pacientes, y una reflexión relativa a cuales prejuicios se esconden y revelan al mismo tiempo. Por otra parte no intento sugerir que el simple acto de ser consciente de los propios prejuicios pueden resolver el problema. Sugiero más bien que el poder explicitar nuestros prejuicios a nosotros mismos y a otros puede ser un aspecto fundamental de la comunicación, y también, desde luego, de las relaciones terapéuticas. Afortunadamente nuestros pacientes nos ayudan enormemente a recuperar uno de los principales prejuicios terapéuticos: la tentación y el riesgo de creer en nuestra capacidad de suscitar cambios predecibles.

Describiré ahora el caso clínico de la familia de un adolescente, donde los temas dominantes son el problema del control y la ausencia de control, la interferencia recíproca, el pensamiento mágico.

Este caso es particularmente interesante porque muestra como el impase terapéutico está ligado a un prejuicio del terapeuta del cuál este último no puede darse cuenta; y aún más porque es la familia que salva al terapeuta de los propios prejuicios, y lo hace, como siempre encaminando, rompiendo las reglas de la conversación hasta ahora seguidas implícitamente, abandonando palabras y significados dados por descontado, e introduciendo palabras y tonos emocionalmente del todo irreverentes hacia los prejuicios mismos.

Los padres supe afectuosos

Fui invitado a participar, como supervisor detrás del espejo unidireccional, en sesión de un proceso terapéutico en impase. La familia, compuesta de tres personas, está en terapia hace varios meses. Clara, una abogada de 43 años, divorciada, vive actualmente con Enrico, su segundo marido. Clara está orgullosa de haber experimentado la contra-cultura de los años '60, y de haber leído con pasión las obras del Dr. Spock de cuyas teorías se ha vuelto una entusiasta sostenedora. Por esto Clara ha tenido siempre la firme convicción de que los hijos deben crecer en un clima de afecto y de amor incondicional, y su profunda convicción ha caracterizado siempre su relación con el hijo Stefano.

Todo había andado de maravilla hasta que Stefano no había alcanzado la pubertad. Entonces, para sorpresa de todos, fue el infierno. Stefano se volvió insoportable, rehusaba colaborar en cada mínima solicitud de la madre, y siempre era terriblemente sarcástico con ella. La reacción de Clara era, naturalmente, mostrarse todavía más comprensiva, y de hacer todo el esfuerzo para controlar la propia cólera hacia el hijo.

Cuando Clara llegó donde el terapeuta estaba en un estado de profunda desesperación, terriblemente frustrada y angustiada. Enrico, si bien sostiene en todo a la mujer y quizás muy comprensivo en las confrontaciones de sus esfuerzos, estaba convencido de no deber intervenir no siendo el padre del joven; incluso él, comenzaba a estar verdaderamente harto de su comportamiento.

Necesito añadir que el terapeuta admiraba sinceramente a los dos padres, él estaba de acuerdo con su filosofía de vida y compartía sus prejuicios: la doctrina de Clara, según ella, como madre, debía siempre comprender y amar a Stefano, la convicción de Enrico de deber respetar la relación entre madre e hijo, no entrometiéndose nunca y no interfiriendo en ninguna ocasión. El terapeuta mismo, por consiguiente, había ayudado a los dos padres a enfrentar los problemas del hijo con amor y en un clima de armonía familiar.

Los cuatro participantes de la terapia estaban implicados en esta situación. Los tres adultos seguían fielmente el principio según el cual los niños tienen gran necesidad de afecto y comprensión, principio que, además, en otras ocasiones es ciertamente correcto desde un punto de vista psicoterapéutico. Stefano, desde que se había hecho adolescente, rechazaba de todos los modos el ser comprendido, y se sentía humillado del amor de sus padres que percibía como suerte de adulación servil.

Afortunadamente para sus propios padres y para el terapeuta, Stefano

continuaba acompañando a su familia a las sesiones; la única cosa en la cual cooperaba con sus padres era el aceptar participar en las sesiones.

Después de ocho sesiones estaba claro que era necesario y urgente un cambio. El encuentro se arrastraba repitiendo las mismas historias, centrando siempre sus problemas en el mal comportamiento de Stefano y como éste evidenciaba su necesidad de ser comprendido. El terapeuta entendía que las sesiones estaban en una coyuntura en ese momento en un callejón sin salida, pero no sabía que hacer.

Improvisadamente, entonces, Stefano salió de su caparazón, y, mirando al terapeuta a los ojos, gritó, con rabia y desesperación: No dejaré que mi madre escriba un libro en el cuál cuente cuan maravillosa ha sido para mí con su "compasión-estafadora"! Y no permitiré que un terapeuta siga tratándome como un loco. Y tú, Enrico, eres sólo un imbécil!".

Aunque Stefano se había fijado en el terapeuta, el mensaje crucial estaba dirigido a la madre. Y quisiera hacer notar la eficacia, también semántica, de aquel término compuesto -"compasión-estafadora"-, que expresa completamente bien la duplicidad del significado atribuible al mismo comportamiento, según el sistema de prejuicios desde el cual se lo lee: una verdadera y precisa "palabra-clave" inventada por el paciente.

Fue el cambio vital de la terapia. El arrebató de Stefano permitió finalmente a Clara rebatir al hijo y a su mala educación insoportable. Gritó a su vez: "especie de cojonudo!". Y dándose vuelta hacia Enrico y el terapeuta agregó: "¡Me tiene las bolas hinchadas esta sesión. Regresamos a casa!". Junto a la puerta giró hacia el terapeuta, gritándole: "¡Y a usted, quiero verlo sola la próxima semana!".

Como había podido clara ser capaz de todo esto? A mi parecer, esto que ella probó en aquel momento puede ser comparado a eso que prueban los alcohólicos cuando tocan fondo. Exasperada por las incesantes provocaciones del hijo, y habiendo suficientemente aparentado no perder jamás la calma, Clara efectuó improvisadamente que el afecto y el amor "sin tregua" son como una camisa de fuerza. Utilizó así la propia frustración como catalizador, consiguiendo impedir que Stefano continuara comportándose de ese modo descarado.

El coraje de Clara al cambiar el propio comportamiento permite un cambio decisivo en la terapia. Desde aquel momento fue posible observar, desde detrás del espejo, una conversación más genuina y auténtica: no más anclada al comportamiento de exagerada comprensión, que resultaba falsa, y toda la exhibición del comportamiento rebelde evidentemente provocativo; se pudo pasar, más bien, a la discusión, aunque tensa y difícil, sobre los problemas reales de organización de la vida cotidiana, de elecciones concretas de realizar en el futuro inmediata, de responsabilidad, tareas, derechos y deberes de cada uno. Y todos participaron, desde aquel momento, sobre un plano de paridad sustancial, abandonando la rígida complementariedad de roles que hasta entonces les habían atrapado.

Este tipo de sucesos pueden ser considerados como momentos de irreverencia. En este momento un individuo es capaz de asumir la

responsabilidad de las propias acciones, reconociéndose como “actor”, lograr asentar cabeza a las convicciones profundas que antes estaban sometidas sintiéndolas como incontestables, aún para confirmar los consejos de los expertos, siendo estos los psicoterapeutas, la familia extensa o el círculo de amigos (Cecchin, Lane & Ray, 1992b).

A veces es necesario tocar el fondo para descubrir que se pueden poner radicalmente en discusión las propias convicciones más profundas, los propios prejuicios. Pero es más difícil anticipar, y es imposible prever cuando una persona llegará a tocar fondo.

Y de todos modos en aquel momento, como nos han mostrado Clara y Stefano, que podemos volvernos más optimistas sobre la capacidad del hombre de renunciar a la necesidad de controlar a los otros, y descubrir así las modalidades más eficaces de convivir y transformarse. El hecho es que para sobrevivir de este modo, tenemos la necesidad de ser fieles a algunas convicciones profundas, pero también debemos ser capaces de ponerlas en discusión si éstas se convierten en un callejón sin salida.

Pero aquello que quiero enfatizar es que los cambios en el proceso terapéutico están dadas también por golpes secos, casi violentos, en el lenguaje: en las palabras usadas, en los tonos con los cuales son pronunciadas. Clara en el momento en el cuál ha tocado fondo, ha dejado finalmente emerger la exasperación y la rabia que hasta entonces se esforzaba en controlar; y paralelamente ha usado un lenguaje colorido, trivial, sin reticencias y sin términos medios. Podemos imaginar que si hubiese expresado los mismos conceptos con tonos pacatos y las palabras educadas usadas hasta entonces, no les habría sucedido ningún cambio terapéutico!.

No quiero sostener, con esto, que el terapeuta habría debido, necesariamente, usar el mismo lenguaje y el mismo tono. Quiero sólo enfatizar que el terapeuta estaba guiado por los mismos prejuicios a los cuales obedecían los padres, y que, no pudiendo él verlos y ponerlos en discusión, era inevitable que en cada palabra suya les expresase implícitamente, confirmando con esto los prejuicios de los padres y exasperando todavía más a Stefano.

(El presente trabajo está tratado, con algunas modificaciones, en: G. Cecchin, G. Lane, W. A. Ray, Influence, effet et systèmes d'evolution, Journal de Thérapie Systémique, Vol. 13, n.4, 1994)

BIBLIOGRAFIA

- Anderson T., The Reflecting Team: Dialogue and Meta-Dialogue, Fam. Proc., Vol. 26, 4, 1987.
- Anderson H., Goolishian H., A View of Human Systems as Linguistic Systems, Fam. Proc., Vol. 27, 1988.
- Bateson G., Steps to an Ecology of Mind, Ballantine, N.York, 1972.
- Cecchin G., Hypothesizing, Circularity and Neutrality Revisited: an Invitation to Curiosity, Fam. Proc., 26, 1987.
- Cecchin G., Lane G., Ray W., Vomstrategischen vorgehen zur nicht intervention, Familian. Dynamik, vol. 3, 18, 1992a.
- Cecchin G., Lane G., Ray W., Irriverence: a Strategy for Therapists' Survival, London, Karnac Books, 1992b.
- Cecchin G., Lane G., Ray W., The Cybernetics of Prejudices in the Practice of Psychotherapy, London, Karnac Books, 1994.
- Fisch R., Weakland J., Segal L., The Tactics of Change, S.Francisco, Josey Bass, 1982.
- Foerster H. von, How we Perceive Reality, rel. Conv. "Construction of Therapeutic Realities", Alta, Calgary, 1984.
- Gergen K., The Saturated Self, N.York, Basic Books, 1991.
- Hoffman L., Beyond Power and Control: toward a 'Second Order' Family System Therapy, Fam. Syst. Med., Vol. 3, 1985.
- Hoffman L., Exchanging Voices: a Collaborative Approach to Family Therapy, London, Karnac Books, 1993.
- Jackson D., The Study of the Family, Fam. Proc., Vol. 4, 1965.
- Keeney B., The Aesthetics of Change, N.York, Guilford Press, 1983. Laing R., The Politics of the Family, N.York, Pantheon, 1969.
- Lane G., Russell T., Neutrality versus Social Control, Fam. Ther. Networker, 11, 3, 1987.
- Maturana H., Varela F., Autopoiesis and Cognition: the Realization of the Living, Dordrecht, Reidel, 1980.
- Palazzoli M., Boscolo L., Cecchin G., Prata G., Paradox and Counter-Paradox, N. York, Aronson, 1978.
- Ray W., Keeney B., Resource Focused Therapy, London, Karnac Books, 1993.
- Sullivan H., The Psychiatric Interview, N.York, W.W.Norton, 1954.
- Watzlawick P., Beavin J., Jackson D., Pragmatics of Human Communication, N. York, W.W.Norton, 1967.
- Weakland J., Ray W. (eds.), Propagations: 30 Years of Influence from the Mental Research Institute, N.York, Haworth, 1994.
- White M., Selected Papers, Adelaide, Dulwich Centre Publications, 1989.