

Psicologia Clínica i Psicoteràpia: Una aproximació prospectiva

Luís Botella

Tot i que la pràctica habitual en les publicacions científiques recomana reservar els agraïments per al final, o traslladar-los a una breu nota a peu de pàgina, hi ha algunes raons en el cas d'aquest article que em porten a voler fer-los explícits des del començament. Vull, doncs, obrir aquestes breus reflexions prospectives sobre el futur de la psicologia agraint sincerament al director de la revista *Aloma*, Dr. Pere Segura, la seva invitació a publicar un escrit meu. El primer motiu d'aquest agraïment és el plaer que sempre representa col·laborar en un número inicial d'una publicació periòdica de qualitat. El segon és potser més profund i podria conduir a una reflexió sobre la sociologia de la ciència; en el món altament competitiu de les publicacions científiques (amb revistes internacionals de prestigi que arriben a tenir un índex de rebuig d'articles del 95%) s'està tornant cada vegada més difícil escriure d'una manera lliure, sense intentar necessàriament agradar als comitès editorials. L'única oportunitat, privilegiada diria jo, per posar-se davant la pantalla de l'ordinador i dir tot allò que hom vol dir sense cap condicionant inhibitor, és escriure per invitació. És per això que vull aprofitar la invitació de la revista *Aloma* en

Aquest article es focalitza en una aproximació prospectiva al futur de la psicologia clínica i la psicoteràpia des de la perspectiva personal de l'autor. Primer es presenta el dilema bàsic amb el qual s'enfrontarà la psicologia del futur en termes dels discursos alternatius de l'objectivisme i el constructivisme. A continuació es discuteix l'estatus ontològic de l'objecte de la ciència psicològica. Una part central de l'article es dedica a les implicacions d'aquests desenvolupaments per a la recerca, la pràctica i la docència/formació en psicologia clínica i psicoteràpia. Finalment es proposa una sèrie d'ítems per a una agenda futura de la psicologia.

• • • •

This paper focuses on a prospective approach to the future of clinical psychology and psychotherapy from the personal perspective of its author. First, the basic dilemma confronting a psychology for the future is presented in terms of the alternative discourses of objectivism and constructivism. Secondly, the ontological status of the object of psychological science is discussed. A central part of the paper is devoted to the implications of the aforementioned developments to psychotherapy research, practice, and teaching/training. Finally a series of items for the future agenda of psychotherapy and clinical psychology are proposed.

• • • •

aquest article per a continuar una reflexió sobre la psicologia com a disciplina en general (i la psicologia clínica i psicoteràpia en particular) que vaig iniciar en una altra publicació (Botella i Figueras, 1995), centrant-me específicament en el panorama futur tal com es presenta des de la meua perspectiva.

Per tal de dur a terme aquesta reflexió prospectiva he estructurat l'article en sis parts: en primer lloc, una caracterització introductòria del dilema primordial al qual s'enfrontarà la psicologia clínica i la psicoteràpia a les pròximes dècades, segons el meu parer; en segon lloc, un plantejament breu, tot i que indispensable, sobre l'estatus ontològic de l'objecte de la psicologia (fonament últim del dilema que es presenta a la primera part); a continuació, tres parts interrelacionades en les quals s'elaboren les implicacions d'allò dit abans en els àmbits de la recerca, la pràctica i la docència en psicologia clínica i psicoteràpia; a l'últim, un apartat de conclusions i un resum de recomanacions per no ofegar-se en aquest oceà postmodern que pot ser vist (fins i tot simultàniament) com una amenaçadora turbulència d'onades gegantines o com un paradís per als surfistes.

Dit això, i abans d'endinsar-me en el contingut de l'article, vull fer un altre comentari previ, encara que probablement obvi, que pot ser vist també com un agraïment. És evident que quan un reflexiona sobre el futur (sigui d'una disciplina o de qualsevol altre àmbit), la seva reflexió és sempre producte de la forma personal de construir l'experiència. Citant el Talmud, "no veiem el món tal com és, sinó tal com som". En aquest sentit, la meua reflexió està deliberadament tintada del privilegi que per a mi ha representat el contacte intel·lectual i personal amb una sèrie d'autors pels quals em sento honorat d'haver estat influït, i entre els quals vull destacar Walter Truett Anderson, Jerome Bruner, Guillem Feixas, Josep Gallifa, Kenneth Gergen, Vittorio Guidano, George Howard, Michael Mahoney, Robert Neimeyer i Manuel Villegas. Encara que la responsabilitat última del meu discurs, i especialment dels meus errors, sigui indefugiblement meua, aquest "self saturat" que identifico com a "jo" és un compendi de les meues relacions amb aquestes i altres persones significatives a la meua vida.

És precisament aquesta visió discursiva, interpersonal, narrativa i constructivista de la identitat, la que constitueix el nucli d'allò a què abans em referia com el gran dilema al qual s'haurà d'enfrontar la psicologia del futur. Segons el meu parer, el flux evolutiu del pensament psicològic en el passat ha anat reeixint en dos discursos alternatius i difícilment compatibles: el discurs *objectivista* i el discurs *constructivista*. Abans d'intentar caracteritzar els punts essencials d'ambdós, però, voldria aclarir alguns conceptes bàsics.

En primer lloc, utilitzo el terme "discurs" per a referir-me, segons la tradició del construccionisme social, a "un conjunt d'afirmacions que constitueixen un objecte" (Burr, 1995, p. 184). En aquest sentit, l'objecte (o, com a mínim, el seu significat) no precedeix el discurs, sinó que és creat pel discurs, i per tant la pregunta bàsica de la psicologia deixa de ser "què és l'ésser humà?" per transformar-se en "quin tipus d'ésser humà ens porta a constituir el nostre discurs teòric?". És, com es pot veure, una posició clarament antiessencialista. Dit això, queda clar que el referent últim de "qualitat" d'un discurs no pot ser el recurs a la seva veracitat obtinguda per contrast amb la reali-

tat, puix que la realitat ha estat cocreada pel mateix discurs. Certament ens queden molts altres criteris de justificació, però el punt clau al qual em vull referir és que, encara que contraposi en el meu plantejament el discurs de l'objectivisme amb el del constructivisme, no penso que *cap dels dos* sigui defensable com a més veritable, sinó amb aquests altres criteris als quals em referia i que espero aclarir al llarg d'aquest article.

D'altra banda, utilitzo el terme "discurs" quasi com a sinònim de metateoria, és a dir, d'una sèrie de pressuposicions d'alt nivell conceptual que tenen en comú diferents teories psicològiques. No seria correcte, doncs, equiparar un discurs amb una sola teoria (perquè hi ha més teories que discursos). En el panorama psicològic contemporani, resulta ben clar que diferents teories comparteixen les mateixes pressuposicions profundes sobre aspectes tan bàsics com ara la naturalesa de l'ésser humà, del coneixement, de la ciència, o del patiment psicològic i el seu guariment.

Allò a què faig referència en aquest article com a "discurs de l'objectivisme", ha rebut diferents noms en el treball d'altres autors (per ex., positivisme, realisme ingenu, visió heretada) i ha estat abastament caracteritzat en les seves premisses bàsiques en un nombre creixent de publicacions recents (vegeu, per a un resum crític, Botella, 1995). Tot i el risc de ser massa sintètic, la premissa nuclear que caracteritza el discurs objectivista és que la realitat existeix independentment de l'observador, i que pot ser coneguda amb certesa objectiva si s'utilitzen els mitjans adequats. Aquesta visió objectivista enfonsa les seves arrels en la física newtoniana i en la cosmovisió de la modernitat, que tant van influir sobre la psicologia en els seus plantejaments inicials (vegeu Anderson, 1990; Botella y Figueras, 1995; Gergen, 1991). Aplicat a la psicologia clínica i la psicoteràpia, aquest discurs té implicacions no només ontològiques i epistemològiques, sinó metodològiques, tècniques i ètiques.

També el discurs constructivista ha rebut, i continua rebent, distints noms en el treball de diferents autors (per ex., construccionista, hermenèutic, postmodern, discursiu, postracionalista, narratiu). Encara que cadascuna d'aquestes accepcions del terme tenen significats lleugerament diferents, el que comparteix tot discurs constructivista és la premissa que la realitat no és mai independent de l'observador, i que el nostre coneixement és producte del contrast entre les nostres construccions i la mateixa realitat (vegeu Botella, 1995) per a una caracterització més detallada del constructivisme com a metateoria i de les diferents manifestacions del constructivisme en psicologia. Les arrels històriques del constructivisme es remunten a la filosofia presocràtica, i es poden trobar exemples de pensament constructivista al llarg de tota la història de la humanitat (vegeu, per ex., Mahoney, 1991). També en aquest cas, les implicacions de constituir l'objecte de la psicologia des d'aquest discurs no són només ontològiques i epistemològiques.

Com deia abans, la constitució de la psicologia com a disciplina des d'un discurs o l'altre depèn en darrer terme de l'estatus ontològic que s'atribueixi a l'objecte de teorització de la mateixa psicologia, i és a aquest punt que es dedica el proper apartat d'aquest article.

LA NATURALESA DISCURSIVA DE L'OBJECTE DE LA PSICOLOGIA

La decisió d'enfocar l'estudi dels processos psicològics des d'una òptica objectivista o constructivista té a veure amb una premissa ontològica prèvia i inevitable. L'investigador, teòric o professional de la psicologia s'ha de plantejar en algun moment la qüestió de l'estatus ontològic dels fenòmens sobre els quals teoritza. Aquesta necessitat és comuna a qualsevol ciència, i no plantejar-la explícitament només porta a assumir la resposta de forma tàcita. En resum, la pregunta clau en aquest punt seria la de quin és el nivell d'existència dels fenòmens als quals s'aplica el coneixement psicològic.

Respecte a aquesta qüestió, hi ha hagut dues respostes tradicionals al llarg de la història de la psicologia. La primera, alineada amb l'objectivisme, s'inspira com deia més amunt en una comprensió parcial de la física newtoniana clàssica i afirma l'existència objectiva dels fenòmens psicològics. De fet, aquesta perspectiva més aviat *proscriu* l'interès psicològic per tot allò que no sigui observable, mesurable i quantificable o no tingui un referent biològic/físic/material clar. El millor exemple d'aquesta posició aplicada a la psicologia és sens dubte el conductisme ortodox, amb el seu èmfasi a reduir la psicologia a l'estudi de la conducta observable.

Tanmateix, el carreró sense sortida en què va derivar el conductisme (evidenciat en psicologia clínica per l'evolució de la teràpia de conducta a psicoteràpia cognitivoconductual) fa palesa la infertilitat d'una psicologia que *proscriu* com a objecte d'estudi tot allò que és més essencialment humà, com ara el llenguatge, la consciència, la memòria o les emocions. Arribats a aquest punt, ens enfrontem a la qüestió clau de quin és doncs l'estatus ontològic de "fenòmens" com els que acabo d'esmentar.

Segons la meua opinió, s'obren de nou dues possibilitats alternatives (particularment en psicologia clínica i psicoteràpia). La primera consisteix en una revifalla del discurs objectivista, tot i que allunyat ja dels rigors del conductisme, evident en l'intent de reduir qualsevol manifestació de processos psicològics als seus components biològics. Així, podem enfocar la psicologia com l'estudi de les manifestacions biològiques (fisiològiques, genètiques, neurològiques...) dels fenòmens més amunt esmentats, i altres. Certament, assistim en el moment present a una autèntica onada de popularitat d'aquest enfocament (que alguns autors anomenen el model medicobiològic) palesa en articles i llibres (fins i tot de divulgació) sobre l'origen genètic de la intel·ligència, les diferències sexuals, les "particularitats racials", etc.

El model medicobiològic aplicat a la psicologia clínica ha estat excel·lentment caracteritzat per Vallejo (1985) en una sèrie de premisses relacionades sobre l'origen i guariment de les "malalties mentals":

"(1) La malaltia té una etiologia o causa. (2) L'etiologia és de causa orgànica. (3) L'etiologia orgànica produeix els símptomes. (4) El conjunt de símptomes permet el diagnòstic. (5) El diagnòstic permet el pronòstic. (6) El tractament biològic ha d'incidir en la causa orgànica (p. 27)."

El model medicobiològic en psicologia clínica, com a manifestació d'un dis-

курс objectivista, té la seva pròpia lògica de justificació, línies de recerca, formes de pràctica, principis ètics i fins i tot comunitats professionals. Tanmateix, enfront dels qui el defensen com una *única* possibilitat d'abordatge de la psicologia clínica, s'ha de recordar que s'ha demostrat molt més discutible del que habitualment es reconeix. En la seva detallada i documentada crítica, Vallejo (1985) destaca, per exemple, la dificultat de definir el terme "malaltia mental", la dificultat per a trobar la "causa orgànica" de la majoria de trastorns, la subjectivitat de determinades etiquetes diagnòstiques (vegeu també Kleinke, 1994), i l'eficàcia relativa d'alguns tractaments biològics fins i tot en malalties considerades de naturalesa biògena com ara les psicosis.

L'alternativa a l'estudi dels processos psicològics ("patològics" o no) com unes manifestacions d'un substrat biològic amb existència "real", és enfocar-los com unes formes de discurs. En una de les formulacions més recents i detallades d'aquesta posició constructivista, Martin (1994) destaca com la majoria de processos psicològics (a diferència potser dels processos físics de la matèria) no poden ser descompostos en "àtoms" constituents amb un referent últim en la realitat tangible. Quin sentit té, per exemple, plantejar-se l'estudi d'una emoció com l'amor des de la perspectiva de reduir-la a les seves manifestacions o "causes" tangibles (siguin biològiques o conductuals)? Adoptar aquesta perspectiva representaria ignorar que l'amor és definit d'una manera diferent per cada cultura, en cada moment històric i, probablement, fins i tot per cada persona que l'experimenta. Implicaria assignar un estatus ontològic d'existència objectivable a quelcom que és, indefugiblement, una categoria de discurs socialment consensuada per referir-se a una forma d'experiència altament subjectiva. En darrer terme, representaria un carreró sense sortida cridat a donar només resultats irrellevants, obvis o desencaminats.

Des de la perspectiva constructivista, l'estudi dels processos psicològics és sempre (es vulgui acceptar o no) l'estudi de *les formes de construcció social o individual* d'aquests processos. La psicologia no accedeix, doncs, a la realitat en la seva essència, com pretendria el discurs objectivista, sinó a la forma en què individus o comunitats donen sentit a la seva experiència. La diferència pot semblar subtil, però resulta fonamental. Per exemple, enfront d'aproximacions objectivistes a l'estudi de la intel·ligència com les abans esmentades sobre els seus components genètics, cal recordar que la teoria triàdica de Robert Sternberg (vegeu Sternberg, Conway, Ketrón i Bersnstein, 1981) prové d'una metodologia consistent a preguntar a la gent què entén per intel·ligència i reduir la variabilitat interindividual de les respostes als seus components compartits. Tot i que Robert Sternberg no sigui un autor especialment alineat en una perspectiva constructivista, en aquest cas la seva forma de procedir il·lustra exemplarment el punt al qual em referia.

Abans de concloure aquest apartat, però, vull fer palès un punt destacat entre d'altres per Martin (1994) i que considero essencial, ja que pot donar lloc a un dels malentesos més greus respecte al discurs constructivista. El fet que els objectes de la psicologia siguin productes de la construcció discursiva social o individual, no implica que no siguin "reals" o que no puguin ser estudiats amb qualitat científica (com il·lustra, un cop més, el treball de Robert Sternberg sobre intel·ligència). Les construccions col·lectives o individuals de l'experiència estan ancorades en convencions socials, cul-

turals, lingüístiques, històriques i discursives que, encara que canvien, no ho fan de la nit al dia. És en el si d'aquestes convencions, no precisament efímeres, on té sentit la conceptualització de la psicologia com a disciplina. Dit d'una altra forma, encara que s'enfoqui, per exemple, l'"anorèxia" més com a una etiqueta socialment compartida per donar sentit a una forma d'experiència humana que no pas com a una malaltia mèdica amb una causa clarament orgànica, això no implica en absolut que allò que anomenem "anorèxia" no existeixi, que no faci patir al qui la manifesta, que no s'hagi d'intervenir per ajudar a superar-la, o que no pugui ser objecte d'un programa de recerca seriós i acurat. Allò que sí varia entre els dos enfocaments alternatius de l'anorèxia, tanmateix, és l'estatus ontològic assignat al fenomen. En el cas del discurs objectivista es considerarà com a quelcom localitzat en un substrat biològic o algun tret de personalitat amb existència objectiva, i en el cas del constructivisme, com a quelcom localitzat en el domini de les formes socialment compartides de construir l'experiència humana.

Dit això com a forma d'enquadrar el dilema que (insisteixo, segons el meu parer) haurà d'enfrontar la psicologia del futur, vull dedicar els apartats següents d'aquest article a una anàlisi de les implicacions de les dues alternatives discursives de construcció de la psicologia clínica i la psicoteràpia en tres àmbits interconnectats; la recerca, la pràctica clínica i la docència. El dilema entre objectivisme i constructivisme es manifesta en tots tres mitjançant les seves manifestacions potser més evidents; la crida a la diversitat i multiplicitat del constructivisme versus la defensa numantina de l'ortodòxia (metodològica, teòrica i clínica) pròpia del discurs objectivista. En altres treballs relacionats amb aquest (per ex., Botella, 1995; Botella i Figueras, 1995) he manifestat la connexió entre aquestes posicions contraposades i els contextos culturals amplis de la modernitat (en el cas de l'objectivisme) i la postmodernitat (en el cas del constructivisme).

APROXIMACIÓ PROSPECTIVA A LA RECERCA EN PSICOLOGIA CLÍNICA I PSICOTERÀPIA

Per bé que, com deia més amunt, recerca, pràctica i docència en psicologia clínica i psicoteràpia estiguin indefugiblement interconnectades, començaré per ocupar-me d'una visió prospectiva de la recerca atès que, des de la meua perspectiva, és aquesta la que hauria de guiar la pràctica i la docència.

La manifestació més clara del discurs objectivista en recerca psicològica, en general, ha estat una crida a adoptar una metodologia d'inspiració positivista i quantitativa com a única via segura d'accés a la realitat i a la veritat científica. Conceptes claus en la metodologia de recerca psicològica clàssica, així com instruments de mesura com ara els tests psicomètrics, estan implícitament o explícitament inspirats en una visió objectivista del coneixement. Si bé aquest abordatge s'ha demostrat molt fructífer i útil en alguns àmbits, també ha demostrat històricament la seva insensibilitat a altres fenòmens objecte d'estudi de la psicologia. En darrer terme, quan hom revisa la recerca acumulada sobre, per exemple, variables de personalitat en una patologia determinada utilitzant inventaris psicomètrics, l'envaïx una sensació de irre-

llevància clínica i aplicada. Sembla com si allò que més interessa en recerca en psicoteràpia (l'experiència del mateix pacient/client) hagués quedat ofegat sota una capa indesxifrabla de constructes de l'experimentador o del test que ha utilitzat. Finalment, és probablement aquesta sensació d'irrellevància la que ha provocat el preocupant desinterès de la majoria de clínics en la pràctica professional pels resultats de la recerca (desinterès documentat, per exemple, per Mahoney, 1991).

Concretament, en la recerca en psicoteràpia es pot distingir una primera etapa històrica (vegeu Botella i Feixas, 1994) en què tota l'energia dels investigadors s'adreçava a determinar quin model teòric de tractament era millor que els altres. *La recerca de resultats*, tal com s'ha anomenat aquest programa, té sens dubte una sèrie de motivacions històriques, polítiques i econòmiques (per a una revisió més a fons, vegeu Botella i Feixas, 1995; Feixas i Miró, 1993) però la paradoxa a la qual arriba històricament és la de l'equivalència de resultats (vegeu Luborsky, Singer i Luborsky, 1975). Aquesta conclusió, tanmateix, és només paradoxal des d'una òptica objectivista que preveu que tan sols pot haver-hi una forma de tractament eficaç -aquella que s'adreci a la causa "real" del trastorn.

L'equivalència global de resultats entre diferents formes de teràpia ens ha de fer reflexionar, una vegada més, sobre la possibilitat que l'estatus ontològic d'allò que constitueix l'objecte de la recerca (per exemple, en aquest cas, un trastorn psicològic) no sigui tant un fenomen cosificable i objectivable com una construcció de l'experiència que, per tant, pot respondre positivament a formes de tractament teòricament incompatibles depenent de les variables del client, del terapeuta i de la relació terapèutica.

En aquest àmbit, doncs, s'imposa en el futur una crida a la multiplicitat de mètodes i d'aproximacions de recerca. Si donem per superada la recerca de resultats globals (només recomanable encara en el cas de formes de tractament noves i no contrastades), hem d'evolucionar cap a *la recerca de processos*. Dit d'una altra manera, potser ja no és tan interessant (si mai ho ha estat) saber si funciona millor la teràpia X o la teràpia Y, sinó saber quins són els processos psicològics del client i de la relació terapèutica responsables del canvi en psicoteràpia. Per a aquest tipus de recerca, els instruments i les metodologies tradicionals resulten insuficients. Es tracta d'estudiar una activitat interpersonal socialment constituïda (la relació terapèutica), marcadament intersubjectiva, irrepètible i conversacional. Les metodologies idònies en aquests casos provenen més aviat de l'antropologia (per ex., l'anàlisi de converses), la sociologia (per ex., *la grounded theory methodology*), la psicologia social (per ex., l'anàlisi d'escenaris interpersonals) i fins i tot la literatura (per ex., l'anàlisi del discurs i l'anàlisi de narratives). Són, en la majoria de casos, metodologies qualitatives allunyades dels rigors del positivisme, tot i que amb una qualitat i científicitat difícilment discutible avui dia (vegeu, per exemple, l'excel·lent manual de metodologies qualitatives publicat per Denzin i Lincoln, 1994).

Evidentment, l'ús de metodologies qualitatives al servei de la recerca de processos en psicoteràpia no exclou l'ús de metodologies quantitatives simultàniament. L'equació (objectivisme = quantitatiu) (constructivisme = qualitatiu) conté un error de base: la metodologia triada està al servei d'un discurs metateòric i epistemològic, i és al nivell del discurs on es produeix la discriminació objectivista/constructivista. Per

exemple, un ús de l'anàlisi de converses per esbrinar les causes "reals i objectives" de la resolució de conflictes en grups de teràpia interpersonal per a la depressió és metodològicament qualitatiu, però epistemològicament objectivista. Tanmateix, l'ús de la tècnica de graella de constructes personals per a investigar la construcció del self en una determinada patologia és metodològicament quantitatiu, però epistemològicament constructivista.

APROXIMACIÓ PROSPECTIVA A LA PRÀCTICA CLÍNICA

Idealment, recerca i pràctica constitueixen un binomi inseparable, de manera que l'una informa l'altra dialècticament. En la realitat, i a causa d'algunes de les deficiències de la recerca en psicoteràpia esmentades abans, això no sempre és així. Tanmateix, aquesta relació dialèctica es fa palesa en alguns casos extrems i de forma, al meu parer, disfuncional. Per exemple, al llarg de l'any 1997 hem assistit a una acalorada (i en algun cas malauradament desinformada) discussió sobre l'eficàcia o ineficàcia de la psicoanàlisi, i no pas en les pàgines d'una revista científica o en el fòrum d'un congrés, sinó en un diari de tanta difusió com *La Vanguardia*. Un vegada més, les crides a l'ortodòxia d'alguns dels contribuents al debat es feien evidents en el to belligerant que adoptaven. En l'article que va encendre la discussió (Ferrer, 1997) l'autor qualificava la psicoanàlisi de "pseudociència" caracteritzada per "falta de lògica, mancances metodològiques i tesis incompatibles amb les dades empíriques de què disposem" (p. 7). La base per a aquestes agosarades afirmacions confonia psicoanàlisi amb psicoteràpia psicoanalítica i revisava les dades d'eficàcia només fins a l'any 1978, incloent-hi el polèmic article d'Eysenck (1952) rebutjat avui dia pels seus greus biaixos metodològics (vegeu Feixas i Miró, 1993) per a un resum dels errors del treball d'Eysenck). Un cop més, es fa evident que la crida a l'ortodòxia essencialista i objectivista no és capaç d'acomodar la complexitat d'un món postmodern caracteritzat per la multiplicitat i el flux permanent.

Si som coherents amb els resultats més contrastats i consensuats de la recerca en psicoteràpia, deixant de banda miopies interessades, haurem de reconèixer que el panorama futur de la pràctica clínica vindrà caracteritzat per un nombre creixent de psicoterapeutes que s'identifiquen com a "eclectics" (a Mahoney, 1991, es poden trobar dades que recolzen la creixent popularitat d'aquesta adscripció). Entre els factors que influeixen en aquest eclecticisme es troben els resultats més amunt esmentats d'equivalència de resultats.

Dit això, el terme "eclectic" té certament una connotació preocupant, atès que en alguns casos implica combinar tècniques epistemològicament incompatibles de manera incoherent. La meua posició enfront d'aquesta qüestió, que probablement marcarà el debat futur de la pràctica clínica, coincideix amb la proposta constructivista d'un model d'integració (no d'eclecticisme) teòricament progressiu (vegeu Neimeyer, 1992). Essencialment, aquesta proposta es planteja analitzar la compatibilitat relativa entre els diferents models psicoterapèutics contemporanis, i integrar-los a diferents nivells (metateòric, teòric, clínic, o tècnic) segons la seva coherència. Per exemple, la coherència entre teràpies cognitives, constructivistes i sistèmiques ha estat destacada

per diferents autors i constitueix el nucli de la pràctica clínica que es desenvolupa al Centre de Teràpia Cognitiva de Barcelona i de la formació en psicoteràpia que reben els alumnes dels cursos de Màster en Psicologia Clínica i Psicoteràpia (Facultat de Psicologia i Ciències de l'Educació Blanquerna, de la Universitat Ramon Llull) i del Màster en Teràpia Cognitivsocial (Universitat de Barcelona). La referència als programes de formació en psicoteràpia em porta a la secció següent d'aquest article.

APROXIMACIÓ PROSPECTIVA A LA FORMACIÓ I DOCÈNCIA EN PSICOLOGIA CLÍNICA I PSICOTERÀPIA

El desenvolupament del coneixement en l'àmbit de la psicologia clínica i psicoteràpia fa que avui dia no n'hi hagi prou amb la formació com a psicòleg generalista, i que es requereixin programes de formació avançada de postgrau per capacitar el futur psicoterapeuta. Si bé en el cas dels Estats Units aquests programes són equivalents als nostres programes de doctorat, en la majoria de països de l'Europa comunitària equivalen a un títol de Màster. Sense entrar en les particularitats i requisits formals dels programes de formació en psicoteràpia consensuats per l'EAP (*European Association for Psychotherapy*) mitjançant la Federació Espanyola de Asociaciones de Psicoterapeutas (vegeu Feixas i Miró, 1993, per a més detalls), hi ha alguns aspectes de la formació que impartim als nostres terapeutes en formació que voldria comentar quant a les seves dimensions prospectives.

En primer lloc, i com a forma de posicionament plural en el dilema entre la psicoteràpia com a "tractament" *versus* la psicoteràpia com a forma de relació humana, si bé és clara la importància d'incloure en la formació dels futurs clínics i psicoterapeutes continguts lligats a allò que tradicionalment han estat les ciències de la salut (per exemple, biologia, psicofisiologia, neuropsicologia, psicopatologia, psicodiagnòstic...), crec que és igualment important reivindicar la presència de continguts provinents de l'àrea de les ciències humanes (com ara filosofia, antropologia, psicologia social, sociologia, psicologia cognitiva, literatura...). Hem de tenir en compte que la psicoteràpia no és ni pot ser aliena a la resta de les activitats humanes de caire social, cultural i històric, i que la pràctica de la psicologia clínica i la psicoteràpia ens posa directament en contacte no només amb la guarició de persones "malaltes", sinó amb persones que pateixen i experimenten les conseqüències de les formes de construcció de l'experiència compartides (o no) socialment. L'experiència de la depressió d'una dona abandonada per la seva parella i responsable única del manteniment dels seus fills, que ha de tornar a viure amb els seus pares perquè no pot pagar el lloguer i ha de buscar una segona feina per fer front a la situació, no s'entén només coneixent a fons la simptomatologia depressiva, sinó entenent què vol dir viure la vida d'aquesta persona a la Catalunya de 1997.

D'altra banda, la formació dels futurs psicoterapeutes demana una actitud d'obertura crítica, informada i rigorosa que superi el tradicional encasellament d'escoles. Seria lamentable que un estudiant universitari rebés una formació miop que el portés a ignorar una part significativa del panorama psicoterapèutic contemporani a causa del fet que la persona que el forma, en paraules de Machado, "*menysprea tot allò*

que ignora". La psicoteràpia contemporània ja no és només qüestió d'orientacions teòriques, i la formació avançada requereix tenir clar que hi ha determinats continguts que superen les diferències que puguin existir entre científics o professionals i formen part del patrimoni intel·lectual que la psicologia clínica i la psicoteràpia han anat acumulant en els seus cent anys d'història. Si, com indiquen les dades de les diferents preferències teòriques dels psicoterapeutes en exercici (vegeu Mahoney, 1991), es produeix un interès creixent per la superació del dogmatisme d'escola, els programes de formació han de ser capaços de recollir aquesta demanda amb rigor i seriositat científica.

La formació en psicologia clínica i psicoteràpia hauria de facilitar també experiències de creixement i maduració personal al terapeuta en formació. Si bé algunes orientacions teòriques (especialment la psicoanalítica) han defensat sempre la necessitat d'una teràpia personal per al futur psicoterapeuta, crec que totes elles, encara que no arribin a recomanar una psicoteràpia com a requisit, haurien de fomentar la reflexió seriosa i vivencial dels propis processos del futur psicoterapeuta. La meua experiència com a formador i supervisor de terapeutes em porta a concloure que, moltes vegades (i, especialment, en les fases de la relació terapèutica més ambivalents o indefinides) resulta més fonamental el seu grau de maduració personal que el nivell de coneixements o habilitats adquirits. En aquest àmbit de maduració personal, i en vista del paper fonamental que recobra l'ètica interpersonal en la cultura postmoderna, es fa també imprescindible fomentar una profunda reflexió axiològica i deontològica en els terapeutes en formació.

A l'últim, i com a manera de conclusió, voldria resumir una part de tot el que he comentat fins ara en forma d'un decàleg (evidentment, personal) que recull els punts que considero fonamentals per a la construcció d'una psicologia clínica i psicoteràpia del futur en condicions òptimes d'excel·lència i rellevància.

Conclusions: Decàleg per a la Construcció d'una Psicologia del Futur

1. La psicologia clínica i la psicoteràpia són activitats humanes estructurades en relacions interpersonals al servei del creixement i la maduració personal. En aquest sentit, no són ni poden ser alienes a la resta d'activitats i disciplines que s'ocupen de l'experiència humana, ni poden ser descontextualitzades del seu entorn social, històric, cultural i polític.
2. La psicologia clínica i la psicoteràpia constitueixen un domini de coneixement propi i avançat, amb una pluralitat de perspectives teòriques i aplicades però també amb un fons de coneixements acumulats producte de la recerca bàsica i aplicada.
3. La recerca en psicoteràpia demana una pluralitat metodològica capaç de superar les limitacions de la visió positivista tradicional, però capaç alhora d'integrar els resultats de la recerca quantitativa de rellevància i qualitat. La recerca en psicoteràpia ha de ser adreçada progressivament cap a la recerca de processos i no només de resultats —sense descuidar, evidentment el contrast empíric de l'eficàcia de les nostres formes d'intervenció, justificació última de la utilitat social de la nostra professió.

4. Els resultats de la recerca han d'informar la pràctica i la formació en psicologia clínica i psicoteràpia. Només així es podran superar els dogmatismes i les pretensions d'exclusivitat d'escola (incompatibles amb el que sabem fins ara quant a la recerca de resultats).
5. La pràctica de la psicologia clínica i la psicoteràpia ha de servir de font d'inspiració i *feedback* corrector a la recerca. Cap programa de recerca no és rellevant si no té implicacions per a la pràctica clínica.
6. La pràctica de la psicologia clínica i la psicoteràpia demana una actitud d'obertura intel·lectual, personal i tècnica. En paraules d'Allport, "si la teva única eina és un martell, tractaràs a tothom com si fos un clau". Aquesta actitud integradora no ha de ser confosa amb l'eclecticisme ateuòric, consistent en una barreja espúria de tècniques epistemològicament incompatibles, i ha de provenir d'una reflexió i un coneixement profund dels principals models psicoterapèutics contemporanis.
7. La formació en psicoteràpia demana el coneixement i domini de teories, mètodes i tècniques d'intervenció, però alhora ha de fomentar una reflexió seriosa i mètode del futur psicoterapeuta sobre la seva pròpia implicació en el procés terapèutic. La facilitació d'un procés de creixement i maduració personal entre els terapeutes en formació és essencial per a la bona pràctica i per a la pròpia salut mental del futur psicoterapeuta.
8. Atès que l'activitat psicoterapèutica no es aliena a l'activitat humana en general, s'imposa una reflexió profunda sobre les implicacions a llarg termini dels nostres models de comprensió i intervenció. Vist des d'una òptica ecosistèmica, és clar que les solucions ràpides i a curt termini poden derivar exponencialment en un trastorn més greu per al context més ampli. La psicoteràpia considerada exclusivament com a una solució a problemes intrapsíquics en un context individual hauria de deixar pas a aquesta reflexió sistèmica àmplia com una forma de minimitzar el risc que la intervenció psicoterapèutica resulti iatrògena a un altre nivell de complexitat.
9. L'activitat i la pràctica psicoterapèutiques són formes de relació privilegiades pel grau d'intimitat professional que comporten, però per això mateix poden alterar greument l'estabilitat emocional dels terapeutes. En aquest sentit, resulta cada vegada més aconsellable implicar-se en pràctiques de cura d'un mateix com a forma d'incrementar la qualitat de la pròpia funció professional. Els aspectes espirituals i transcendentals són bàsics en aquest tipus d'activitats (vegeu també Mahoney, 1991).
10. Des del punt de vista de la psicoteràpia com a forma de relació al servei del desenvolupament humà, els aspectes ètics, axiològics i deontològics recuperen un paper absolutament protagonista. La reflexió ètica no pot ser aliena a la pràctica clínica i psicoterapèutica. En el context cultural postmodern, la crisi de credibilitat de les grans formes de justificació universal (Lyotard, 1993) com ara la ciència, el progrés, el benestar o la salut fan que cada cas i cada pacient/client plantegi de nou la necessitat de reflexionar sobre el per què ètic de la intervenció psicoterapèutica. Atesa l'acceleració exponencial del ritme de canvi de la societat a les últimes dècades, els psicoterapeutes del futur han d'estar preparats per tractar problemes absolutament ini-

maginables avui dia. Aquesta preparació no pot provenir d'un plantejament casuístic i de "receptari de cuina" de la formació en psicoteràpia, sinó de la reflexió profunda sobre els grans principis que orienten la nostra activitat professional més enllà de cada cas concret.

A tall de cloenda d'aquest article marcadament personal i anticipatori, i com a renovació i invitació a un compromís sincer amb una professió alhora privilegiada i plena de reptes, vull fer servir les paraules d'algú que admiro i respecto. Ell té l'estranya virtut de dir sempre allò que un necessita sentir per fer el proper pas en l'aventura de la vida. Potser és justament aquesta virtut el que caracteritza un bon psicoterapeuta:

"Igual que aquells els quals intentem servir, els científics i professionals hem de reconèixer els límits i els potencials de les nostres formes de comprensió. Aquells de nosaltres que intentem entendre, confortar i orientar vides humanes en progrés hem de ser cauts quant a la cura responsable de les nostres pròpies esperances, així com aprendre les lliçons de les nostres pròpies pors i fracassos. El nostre consell ha de ser més que una retòrica racional o estratègica; la nostra raó s'ha de guiar per un cor informat. Per servir valuosament aquells que busquen la nostra paraula, hem d'invitar i afirmar llur coratge per a ésser. Sense aquest coratge es redueix el compromís i l'exploració, que constitueixen el batec experiencial de la vida humana" (Mahoney, 1991, pp. 374-375).

- ANDERSON, W.T. (1990). *Reality isn't what it used to be*. San Francisco: Harper & Row.
- BOTELLA, L. (1995). *Personal construct psychology, constructivism, and postmodern thought*. In R.A. Neimeyer & G.J. Neimeyer (Eds.), *Advances in Personal Construct Psychology* (Vol. 3) (pp. 3-36). Greenwich, CN: JAI Press.
- BOTELLA, L., y FEIXAS, G. (1994). "Eficacia de la psicoterapia: Investigaciones de resultados." En M. Garrido y J. García (Eds.), *Psicoterapia: Modelos contemporáneos y aplicaciones* (pp. 91-104). Valencia: Promolibro.
- BOTELLA, L., y FEIXAS, G. (1995). "Efficacia della psicoterapia: Ricerche sui risultati". *Psicoterapia*, 1, 69-81.
- BOTELLA, L., y FIGUERAS, S. (1995). *Cien años de psicoterapia: ¿El porvenir de una ilusión o un porvenir ilusorio?* *Revista de Psicoterapia*, 24, 13-28.
- BURR, V. (1995). *An introduction to social constructionism*. London: Routledge.
- DENZIN, N.K., & LINCOLN, Y.S. (1994). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks CA: Sage.
- EYSENCK, H.J. (1952). *The effects of psychotherapy: An evaluation*. *Journal of Consulting Psychology*, 16, 319-324.
- FEIXAS, G., y MIRÓ, M.T. (1993). *Aproximaciones a la psicoterapia*. Barcelona: Paidós.
- FERRER, R. (1997, 12 Abril). *La insoportable levedad del psicoanálisis*. *La Vanguardia* (Suplemento Ciencia y Salud).
- GERGEN, K.J. (1991). *The saturated self*. New York: Basic Books.
- KLEINKE, C.L. (1994). *Common principles of psychotherapy*. Belmont CA: Wadsworth.
- LUBORSKY, L., SINGER, B., & LUBORSKY, L. (1975). Comparative studies of psychotherapies. *Archives of General Psychiatry*, 32, 995-1008.
- LYOTARD, J.F. (1993). *Excerpts from "The postmodern condition: A report on knowledge"*. In J. Natoli & L. Hutcheon (Eds.) *A postmodern reader* (pp. 2-16). London: Sage.
- MAHONEY, M.J. (1991). *Human change processes*. New York: Basic Books.
- MARTIN, J. (1994). *The construction and understanding of psychotherapeutic change*. New York: Teachers College Press.
- NEIMEYER, R.A. (1992). *Hacia una integración teóricamente progresiva de la psicoterapia: Una contribución constructivista*. *Revista de Psicoterapia*, 9, 23-48.
- STERNBERG, R.J., CONWAY, B.E., KETRON, J.L., & BERNSTEIN, M. (1981). *People's conceptions of intelligence*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 37-55.
- VALLEJO, J. (1985). *Introducción (II)*. En J. Vallejo, A. Bulbena, A. González, A. Grau, J. Poch, y J. Serrallonga (Eds.) *Introducción a la psicopatología y la psiquiatría*. (pp. 26-54). Barcelona: Salvat.