



Manuel Villegas

PROMETEO EN EL DIVÁN

Psicoterapia
del desarrollo moral

Herder

Prometeo en el diván

Psicoterapia del desarrollo moral

Manuel Villegas Besora

Herder

Diseño de cubierta: Arianne Faber
Maquetación electrónica: José Toribio Barba

© 2013, Manuel Villegas Besora
© 2013, Herder Editorial, S.L., Barcelona

ISBN: 978-84-254-3235-4

La reproducción total o parcial de esta obra sin el consentimiento expreso de los titulares del *Copyright* está prohibida al amparo de la legislación vigente.

Herder
www.herdereditorial.com

Índice

[Prefacio](#)

[Introducción](#)

[Parte I. Procedimiento](#)

[Capítulo 1. La fase de acogida](#)

- [1. El primer encuentro](#)
- [2. La formación de una alianza terapéutica](#)
- [3. El contrato terapéutico](#)
- [4. El análisis de la demanda](#)
- [5. La dimensión discursivo-pragmática en la demanda de ayuda](#)
- [6. La reformulación de la demanda](#)

[Capítulo 2. La persona y su contexto](#)

- [1. Fase de exploración](#)
- [2. Técnicas de exploración: datos personales](#)
- [3. El genograma](#)
- [4. La línea de vida](#)
- [5. Escritos autobiográficos](#)
- [6. Evaluación diagnóstica](#)

[Capítulo 3. La persona y su texto](#)

- [1. Fase de expresión](#)
- [2. Las narrativas del paciente](#)
- [3. El género epistolar: cartas reales o imaginarias](#)
- [4. La dimensión poética: la metáfora](#)
- [5. La entrevista evolutiva](#)
- [6. Estrategias discursivas en la entrevista evolutiva](#)

Capítulo 4. La persona y su discurso

1. Fase de comprensión

2. La matriz discursiva: condiciones de producción e interpretación

3. El análisis textual

4. Aplicación del análisis textual a textos de estructura lógica: el análisis de las narrativas

5. Aplicación del análisis textual a textos de estructura analógica: el análisis de los sueños

Capítulo 5. Los recursos analógicos del terapeuta

1. El discurso analógico como recurso terapéutico

2. Recursos ajenos

3. Paremiología: refranes y cuentos

4. Relatos mitológicos y personajes de leyenda

5. Los recursos propios: trabajo con la fantasía, la metáfora, la plástica y el drama

Capítulo 6. Resolución y cierre de la terapia

1. La fase de resolución

2. Resolución de asuntos pendientes antes del término de la psicoterapia

3. Cierre de la terapia

4. Recapitular

5. Cartas de cierre de la terapia grupal

6. Las segundas autocaracterizaciones

Parte II. Proceso

Capítulo 7. El proceso de cambio

1. Resistencia y cambio: morfoestasis o morfogénesis

2. Las condiciones para el cambio terapéutico

3. El cambio emocional

4. El cambio en la terapia del desarrollo moral: una aplicación didáctica

Capítulo 8. La integración prenómica

1. La función de la integración prenómica en el conjunto del sistema de regulación moral

2. La depresión

3. La depresión encubierta

4. La depresión específica

Capítulo 9. La integración anómica

1. La función de la integración anómica en el conjunto del sistema de regulación moral

2. Cuando la anomía campa a sus anchas en ausencia de regulación heteronómica

3. El trastorno límite de la personalidad

4. El trastorno histriónico de la personalidad

5. El trastorno narcisista de la personalidad

6. Cuando la sionomía suple la heteronomía en la regulación de la anomía

Capítulo 10. La integración heteronómica

1. La función de la integración heteronómica en el conjunto del sistema de regulación moral

2. La aparición de la vergüenza, la culpa y el miedo social

3. La claustrofobia

4. La fobia social

5. Gestación, desarrollo y terapia del síndrome obsesivo

6. La hipocondría

Capítulo 11. La integración sionómica

1. La función de la integración de la sionomía en el conjunto del sistema de regulación moral

2. La dimensión evolutiva: identidad y trastornos alimentarios

3. La dimensión estructural: la dimensión complaciente

4. La integración de la sionomía vinculante dependiente en la pareja: dependencia emocional y agorafobia

5. La vinculación oblativa

Capítulo 12. La integración autónoma

1. La función de la integración autónoma en el conjunto del sistema de regulación moral

2. La psicoterapia como proceso hacia la autonomía

3. La psicoterapia como cambio

[4. La terapia como proceso de reconstrucción](#)

[5. La terapia como integración](#)

[6. La terapia como transformación](#)

[7. La autonomía como objetivo terapéutico y horizonte existencial](#)

[Referencias bibliográficas](#)

[Índice analítico](#)

A Maria Rosa, Ariadna, Laia, Aina y Jana

Prefacio

Aunque inicialmente fueron concebidos como dos libros separados (el anterior, «El error de Prometeo: Psico(pato)logía del desarrollo moral», y el presente, «Prometeo en el diván: Psicoterapia del desarrollo moral»), la interdependencia mutua entre ambos nos ha llevado, finalmente, a considerarlos como dos volúmenes de una misma obra, a la que, de ahora en adelante, nos referiremos como primer y segundo volumen, respectivamente, que, aunque pueden ser leídos por separado, se complementan de forma inextricable.

El presente volumen intenta poner las bases para una aplicación práctica del modelo del desarrollo moral. Está dividido en dos partes: la primera, dedicada al procedimiento terapéutico, y la segunda, al proceso de (re)construcción o integración de los diversos subsistemas de regulación moral en su conjunto.

La primera parte, el procedimiento, no es exclusiva del modelo de desarrollo moral y puede ser compartida con terapeutas de otras orientaciones, aunque todos los procedimientos o técnicas que se describen están pensados como instrumentos útiles para la consecución de los objetivos del modelo. En concreto, se atiende a las diversas fases, con frecuencia indistinguibles entre ellas, por las que pasa el proceder terapéutico: acogida del cliente, exploración de su mundo existencial, expresión de sus vivencias, comprensión del significado de su existencia. Todo este recorrido está acompañado de recursos lógicos y analógicos que el

terapeuta tiene a su disposición hasta el momento de resolución o cierre de la psicoterapia.

La segunda parte está dedicada al proceso de cambio del paciente, considerado como un cambio epistemológico resultado de la integración de los diversos sistemas de regulación moral: prenómico, anómico, heteronómico, socio-nómico, en un conjunto armónico presidido por la autonomía. En cada uno de los respectivos capítulos se habla de cómo favorecer el desarrollo e integración de los diversos subsistemas de regulación moral, con abundancia de ejemplos y descripción detallada de las técnicas o procedimientos.

Dada la intención demostrativa de estos capítulos y ante la imposibilidad de describir al detalle, de forma completa y exhaustiva, muchos de los casos y procedimientos, por motivos de espacio y tiempo, este segundo volumen recurrir a recursos externos al propio libro recogidos en un apartado denominado Anexo, que puede ser consultado a través de una dirección electrónica de libre acceso con solo acudir a la dirección del sitio web de la Editorial Herder (<http://www.herdereditorial.com/obras/5457/prometeo-en-el-divan/>), recursos que pueden bajarse enteros sin ningún coste añadido. El Anexo se compone de diversos documentos, cada uno de los cuales es accesible independientemente de los otros, con solo identificar su título o referencia. Con ello hemos pretendido evitarle al lector la excesiva longitud o complejidad de ciertos documentos, presentando en el texto solo sus características esenciales, y ofreciendo, al mismo tiempo, a quien esté interesado en una mayor profundización de los mismos, la posibilidad de leer los documentos en su integridad.

Antes de dar por terminada esta presentación, quiero hacer una mención especial a Pilar Mallor, quien ha colaborado en la gestación de este libro, y con la que he compartido casos, supervisiones, terapias de pareja y grupo, y reflexiones y publicaciones, ampliamente recogidas en esta obra, que elevan su participación casi al nivel de coautoría. Igualmente, debo expresar mi agradecimiento a numerosos

colegas que, con sus casos, algunos ampliamente reproducidos en el texto y otros solo referenciados brevemente, también han contribuido al enriquecimiento del conjunto. Evito la relación nominal a fin de no incurrir en omisiones que lamentaría profundamente, pero quiero dejar constancia aquí de mi sincero reconocimiento a todos ellos.

Mi reconocimiento ha de ir, también, a los pacientes que han aceptado ser grabados, transcritos y publicados con la generosa finalidad de ayudar a cuantos puedan sentirse como ellos. Hemos modificado sistemáticamente sus nombres y su localización geográfica, para mantener su privacidad al máximo, pero hemos respetado, dentro de la corrección ortográfica y la inteligibilidad del texto, sus palabras textuales, porque son las que realmente dan cuenta de la intensidad y la tensión de su vivencia. También ellos son muchos y de muy diversas procedencias. A todos ellos mi agradecimiento más sincero, por lo que aportan con su testimonio y por lo mucho que nos han enseñado.

Y por último, quiero desear al lector que estos dos volúmenes puedan serle de utilidad en su práctica terapéutica, abriéndoles un camino nuevo de comprensión y de actuación, como así lo ha supuesto para nosotros durante estos largos años de gestación del modelo y de la obra que finalmente se pone a disposición del público.

MANUEL VILLEGAS BESORA
Barcelona, 30 de julio 2013

Introducción

A pesar de los intentos por poner remedio al estado de indefensión en que Epimeteo había dejado al ser humano en el momento de su formación, ni Prometeo ni Zeus consiguieron compensar con sus intervenciones las carencias, fruto de la improvisación y la precipitación, con que el hombre fue moldeado por el primero de los dos hermanos. Prometeo arrebató el fuego y la técnica a los dioses para dárselos a los hombres e intentar compensar así sus limitaciones de cara a poder sobrevivir en la naturaleza y Zeus le otorgó el sentido del orden y la justicia para posibilitar que pudiera vivir en sociedad. Pero con estos complementos de carácter divino se rompió el orden natural: el ser humano se convirtió en un ente de naturaleza mortal, que participaba de dones de naturaleza divina que no le eran propios. Como tal, trascendía los límites de la naturaleza, pero a su vez permanecía sometido a ella. Era capaz de moldear y transformar la materia, pero no de crearla. Tenía juicio suficiente para dictar leyes e imponerlas, haciendo así posible la vida en sociedad, pero no para fundamentarlas. Era capaz de proyectar su vida, pero no de evitar su muerte. Esta disociación introducía una hendidura en el núcleo ontológico del ser humano, la conciencia de muerte, cuya significación ha sido recogida de diversos modos por los mitos relativos a los orígenes del hombre, siendo el más conocido entre nosotros el del pecado original y la consiguiente expulsión de Adán y Eva del paraíso, que relaciona invariable-

mente el estado de «caída» (Heidegger, 1927) con la causa de la infelicidad humana.

Desde este momento inicial, el hombre ha buscado siempre un camino de salvación o de recuperación del estado de felicidad originaria a través de la religión y del pensamiento filosófico. En el Taoísmo o el Hinduismo, por ejemplo, la vuelta al estado primigenio se concibe como una identificación con el orden natural o con el Absoluto trascendente. En la mayor parte de los textos hindúes se describe el alma (Atman-Brahman) como un absoluto impersonal, dando origen a las diversas modalidades de teísmo presentes en el hinduismo. En ellas la liberación se alcanza entregándose al culto divino o abandonándose confiadamente en las manos de Dios. En estas filosofías religiosas la infelicidad viene señalada como fruto de la ignorancia que aparta al hombre del camino de la verdadera felicidad.

La idea subyacente, en cualquier caso, de la que se hace eco el propio Platón, es que el ser humano es defectuoso, vive en el pecado, la ignorancia o las sombras, y que, por tanto, debe ser salvado, instruido o iluminado. Para algunas tradiciones, como la cristiana, este camino de salvación pasa por una nueva intervención directa divina colectiva (redención), que culmina en la resurrección de los cuerpos y el establecimiento de un nuevo orden (Apocalipsis). Para otras pasa por un camino de reencarnaciones hasta llegar a un estado de quietud o de nirvana definitivos. Todo depende de cómo se interprete esta trascendencia que se atribuye al ser humano. La cuestión se puede plantear, en síntesis, en los siguientes términos: ¿la inmortalidad o trascendencia del alma es producto de una intervención divina «salvadora», que instaure un orden nuevo no previsto en la naturaleza, o es un proceso de «liberación» de un alma de naturaleza divina del ciclo de reencarnaciones, a través de un camino de ascesis o sucesivas purificaciones?

En las llamadas religiones proféticas (cristianismo, judaísmo, islamismo) se llega a la salvación, la dimensión noética o espiritual, por la intervención reveladora o transformado-

ra de lo divino en la historia, es decir, por la instauración de un puente de comunicación y transformación, la Revelación, entre el mundo de lo mortal y lo inmortal que culmina en la glorificación o resurrección, en la transformación de la vida natural en espiritual.

Las tradiciones de corte más bien filosófico encuentran el camino de salvación en un perfeccionamiento moral individual por medio de la ascesis, la ataraxia, o el desapego. Estoicismo o epicureísmo en Occidente o budismo en Oriente son representantes de este tipo de planteamientos. Para el budismo la liberación consiste en el proceso de vaciar la conciencia de cualquier representación sensible y de desligar el alma de cualquier afecto o apego terrenal. En esta concepción la muerte no es el final de la vida, sino el final de una ilusión: se concibe como la liberación del sufrimiento, de la cadena de las causas y efectos. Por esta razón, la muerte es un momento sagrado, el momento en que se nos revela la realidad. En este contexto no se trata de huir del sufrimiento, sino de traspasarlo. En la tradición budista la muerte es la ocasión para un despertar. Considerada de este modo, la muerte no es una tragedia: por tanto no hay que llorar ni retener a la persona, sino más bien invitarla a descubrir la pura luz que hay en ella y dejarla ir. En la India se dice: «No te identifiques con tu yo mortal, sino recuerda que estás habitado por el Uno mismo».

Estas concepciones entienden la vida y la muerte ligadas por una misma línea argumental o de coherencia. La liberación y el desapego que supone la muerte se puede practicar en vida. Las diversas corrientes místicas de Oriente y Occidente conciben la vida como un camino de espiritualidad, de ascesis y trascendencia. Albert Einstein (2005), uno de los científicos más destacados del siglo xx, escribió:

Un ser humano es parte de la totalidad, a la que llamamos Universo, una parte limitada en tiempo y espacio. Se experimenta a sí mismo, sus pensamientos, sus sentimientos, como algo separado del resto, una especie de ilusión óptica de su conciencia. Esta ilusión es para noso-

tros como una presión que nos confina a nuestros deseos personales y a sentir afecto por unas cuantas personas, las más próximas a nosotros. Nuestra tarea debe ser liberarnos nosotros mismos de esta presión, ensanchando nuestro círculo de compasión para abrazar a todas las criaturas vivientes y a la naturaleza entera en toda su belleza.

Estas dimensiones han estado presentes en grados diferentes en la mayoría de civilizaciones. Si no se ha impuesto la una sobre la otra, a pesar de los repetidos intentos por parte de diversos movimientos dogmáticos y totalitarios, es probablemente porque, como dice Morin (1970)

responde a una necesidad fundamental del individuo humano, y es que la contradicción fundamental del individuo entre la muerte, que su alma y su ser repudian, y la inmortalidad, que su inteligencia recusa, no ha sido resuelta.

En la medida en que el pensamiento occidental, después de la irrupción de la ciencia positivista, la ilustración, el marxismo, el capitalismo y el psicoanálisis se ha liberado de referentes míticos o religiosos y su perspectiva se ha vuelto inmanente, ya no se busca la salvación a través de la ascesis o la intervención divina. Preocupan más bien las inquietudes de la vida cotidiana: enfermedades, pobreza, éxito social, desasosiego mental, pérdidas afectivas. El origen del malestar en la experiencia subjetiva humana ya no se atribuye a causas trascendentes: el pecado original, el destino, el karma, la fortuna o la voluntad divina, sino que se otorga a causas sociales o psicológicas. El remedio de las primeras pertenece al ámbito de la economía y la política; el de las segundas a la psiquiatría o a la psicoterapia. Está claro que incluso las desgracias naturales no golpean a todos los individuos ni a todas las sociedades por igual, y que influyen en ello el nivel económico de cada individuo y el de la organización política de cada país. El dolor o el sufrimiento