

## Sección Cometario de Libro

# Psicoterapia antropológica

## Anthropological psychotherapy

José Paulo Giovanetti

Por Emilio Romero  
Joinville, Brasil

Un trabajo reciente publicado por el profesor José Paulo Giovanetti, profesor de la Universidad de Belo Horizonte, Brasil, ha llamado la atención de quienes están interesados en conocer nuevas formas de fundamentar un enfoque que recopile las enseñanzas de la psicología como ciencia y aclare sus principios filosóficos, en una perspectiva plural. Esto es precisamente lo que propone Giovanetti en su libro "Psicoterapia Antropológica", cuyo subtítulo destaca los aportes de Binswanger y Gendlin, los autores que le sirven de principal referente para el diseño de la parte más específica y fructífera de su intento de esbozar una psicoterapia antropológica.

Es un libro muy bien elaborado según una exposición general que nos permite mostrar el trasfondo filosófico que esclarece el origen de la propuesta de nuestro autor. Para exponer este primer punto que destaca la importancia de una psicoterapia antropológica; el autor destaca tres puntos:

a) el hombre en su contexto concreto, que sitúa al individuo en primer plano; deja así en un segundo plano la idea de un Dios y la primacía de lo religioso en el campo social. También hay un olvido del ser; cierta lógica del tener y del simple aparecer desplaza la importancia del ser. Más aún y para peor: hay una destrucción de *la interioridad*; vivimos en la superficialidad, en meras apariencias que ilustran muy bien las modas en el vestir, pero que en la última década han llegado a la obsesión del celular para mantener una falsa comunicación. Más aún: registramos un eclipse de *alteridad*: el otro, que configura un aspecto intrínseco de nuestro ser, tiende a ser utilizado como medio para algún beneficio, para una posible ganancia; de modo que las relaciones humanas se vacían y los lazos afectivos se vuelven más frágiles;

b) una terapia de captura humana. Existe una clara falta de cuidado por parte de los tratamientos médicos con respecto a las deficiencias y quejas de sus pacientes; solo escuchan las quejas y luego recomiendan un tratamiento farmacológico que alivia los síntomas, pero generalmente deja de lado el trasfondo emocional de su cliente. Algunas psicoterapias se aproximan a este modelo de relación profesional - como las comportamentales o simplemente porque el psicólogo aún no ha introyectado cuán importante es la calidad de la relación con su cliente. Es necesario atender al ser humano, escribe Giovanetti, en todas

sus dimensiones; una terapia debe incluir el contexto histórico social de la persona; no se trata de abordar al síntoma en especial, sino de cómo vive su propia historia. Destaco este punto bastante descuidado por la mayoría de los colegas que se declaran seguidores de la fenomenología -enfoque que toma en cuenta Giovanetti, pero sin desconocer que todo fenómeno se origina a partir de una historia de vida. Yo diría: no vemos una flor en nuestro jardín sin colocarla entre otras flores y las hierbas infalibles;

c) ¿en qué consiste la terapia antropológica? (página 29). Desde hace unas décadas, desde los años 50, encontramos dos tendencias muy marcadas en el campo de la psicología: una se basa en las ciencias naturales, y su modelo es el conductismo, y otra que se basa en una filosofía de vida, que corresponde al modelo que sustenta, el enfoque de nuestro autor. Giovanetti no considera aquí un tercer modelo, que sería el psicoanálisis, especialmente freudiano, que introduce la noción de Inconsciente como el gran factor de los dinamismos psíquicos. Vale la pena señalar que el modelo filosófico registra variaciones notables; Basta considerar las propuestas heideggeriana y sartreana para observar estas diferencias, tanto es así que en la fase final de la obra del pensador francés registramos una notable aproximación al pensamiento dialéctico y a las cuestiones sociales, con las que aborda a Marx desde otras perspectivas.

Entonces el psicólogo necesita explicar qué filosofía le permite una orientación antropológica. Nuestro autor considerará próximamente otras figuras que considera importantes destacar, que incluso inspiran parte de su concepción del hombre. Entre otros, tiene en cuenta la obra de Husserl y Edith Stein, pensadora que cree que proporciona un fundamento filosófico para una antropología de la práctica clínica; ofrece un extenso capítulo que permite conocer las líneas generales de la propuesta de esta pensadora (páginas 81-102). Según nuestro autor, lo que dice esta autora está referido a la dimensión espiritual del ser humano. Hubiese sido pertinente que Giovanetti incluyera un atisbo de otros autores que consideran el espíritu como algo inherente al ser del hombre, como fue el caso de F. Hegel, para quien esta noción es un rasgo distintivo del hombre en los más diversos planos, algo inherente al ser humano. Cabe señalar que Edith Stein es una pensadora cristiana, una visión religiosa compartida por el Prof. Giovanetti.

En la cuarta parte encontramos las líneas generales de una psicología clínica y análisis existencial; el lector entra aquí de lleno en lo que ya estaba esperando. Solo daré unas pinceladas de pintor aficionado. El lector del libro encontrará las ideas fundamentales que guían este enfoque en este capítulo: a) el objeto de la psicología clínica; b) la teoría de la psicología clínica; c) su práctica.

Para una aclaración más amplia, nos informa cómo opera el análisis existencial en una intervención clínica. En este ítem considera los aportes de M. Boss y Binswanger, donde deja claras las notables diferencias que se pueden observar entre ambos.

En el siguiente tema, se adentra en algunas de las ideas de Binswanger, con los temas iniciales de su obra, que Giovanetti considera de primera magnitud. Como dato básico, me gustaría destacar que los enfoques de orientación existencial han entrado tanto en países de habla inglesa como hispano-portuguesa gracias a un libro que se ha convertido en referencia obligada de este enfoque: "Existencia, la nueva dimensión de la psiquiatría y la psicología" (1958) editado por Rollo May y Ernest Ellenberg. En apenas 140 páginas, May nos ofrece los temas centrales de este enfoque que había surgido en Europa gracias a los escritos de varios psiquiatras, entre los que se encontraba L. Binswanger. May nos brinda una caracterización general tanto de la obra del autor alemán como de lo más distintivo de una psicología existencial y fenomenológica; en este punto Giovanetti sigue de cerca la exposición hecha por May; este libro provocó todo el movimiento a favor de una nueva psicología y psiquiatría, especialmente en Inglaterra y América Latina; en este sentido, el libro de Giovanetti sigue de cerca lo que se propone en este libro seminal, especialmente el expuesto por May. Cabe señalar que exponer las influencias de un investigador sobre otro es un hecho muy común, lo que no desmerece los nuevos aportes de los que toman en cuenta aportes anteriores. En este caso, la lectura del texto de la exposición de May es relevante.

También precisamos recordar otra figura que cuestiona las prácticas de tratamiento igualmente apoyado en ideas de estirpe existencial: me refiero a Ronald Laing, cuyo libro "*El yo dividido*" provocó toda una renovación en las ideas y en el no tratamiento de los enfermos mentales. Giovanetti no incluye las ideas de Laing.

En este capítulo de May se encuentran los temas centrales de lo que luego se entenderá como un análisis existencial y sus relaciones con la psicología y el tratamiento psiquiátrico y psicológico. Ciertamente Giovanetti conoce muy bien la magistral exposición de May.

Basta con leer los capítulos de algunos temas:

- Ser y no ser, angustia y culpa ontológica,
- Ser-en-el-mundo con su famosa caracterización: El mundo es la estructura de relaciones significativas en las que existe una persona y en cuya configuración forma parte. - ser-en-el-mundo con su famosa caracterización. El mundo es la estructura de relaciones significativas en las que existe una persona y en cuya configuración forma parte.

La idea de que nuestra vida se configura en un mundo personal e interpersonal, además de histórico, adquiere

re plena vigencia gracias a pensadores calificados de existencialistas. El mundo en que vivimos es mucho más que nuestra inserción en un espacio socioeconómico, es la configuración de nuestra forma de ser en tres esferas muy características, las tres interconectadas.

- Los tres mundos:

- El Umwelt, el mundo de los objetos naturales, el mundo del entorno natural.

- El Eigenwelt: tu propio mundo personal.

- El Mitwelt, el mundo social, compartido con los demás.

El lector exigente necesitaría leer la exposición del expositor norteamericano. Ahora indicaré cómo destacar la obra de Binswanger realizada por el profesor Giovanetti, figura que él entiende como de la mayor importancia, con una influencia superior a la de M. Boss, discípulo devoto más subordinado al pensamiento heideggeriano que Binswanger, quien fue incluso un amigo de Freud. Sólo señalaré algunos puntos destacados, que el lector puede leer en el libro, donde se exponen con el debido rigor. Solo señalaré algunos puntos. El lector del libro necesita entrar directamente en el texto.

a) El esfuerzo de Binswanger por la construcción del Dasein análisis: este enfoque no se limita a pasar desapercibidos los síntomas de una fobia, por poner un ejemplo, sino que se interesa por comprender la forma de ser de la persona fóbica; trata de ayudar a la persona a situarse auténticamente en el mundo. Ciertamente el lector debe preguntarse cómo tratar de superar un fenómeno tan común como son las fobias. El enfoque conductista o el psicoanálisis operan un tratamiento que permite erradicar una fobia a los ascensores o a volar en avión. Estos dos enfoques muestran resultados demostrables. Este síntoma es bastante común, a diferencia de las obsesiones, especialmente del tipo compulsivo, que en un enfoque clásico implican un examen cuidadoso de la personalidad de quien padece este tipo de síntoma. Sin embargo, Binswanger no tiene en cuenta el concepto de personalidad. El psiquiatra suizo afirma que todas las figuras de la psicopatología "son ciertas inflexiones de la textura a priori, o de la estructura trascendental del ser humano, de su condición humana". Dice Giovanetti: la comprensión del hombre no puede basarse en categorías originadas en la biología o en el psiquismo, sino que debe sustentarse en una antropología filosófica (pág. 141).

b) El análisis existencial no hace del paciente un objeto que pueda entenderse como sujeto, sino que lo ve como un aliado en una propuesta común. Recordemos que las relaciones cotidianas son predominantemente instrumentales: el otro es un medio para un fin; observamos esto en todos los planos, incluidas las relaciones de intimidad emocional y sexual. Recuerda que la palabra sujeto indica que la persona tiene una estructura que la condiciona en alto grado. Limitando así incluso sus posibilidades de acción y apertura al mundo.

c) Un tema que también está presente en este enfoque son los sueños, cuya importancia fue especialmente esclarecida por los trabajos de Freud sobre este tema de enorme importancia para la comprensión

tanto del dinamismo psicológico como de su trasfondo de enigma y revelación. En la exposición de Giovanetti "El sueño debe ser entendido como revelador de un modo de ser del ser-ahí (Dasein) que implica una visión del hombre como un todo y no sólo una dimensión psíquica. Una muestra de esta forma de entender los sueños hubiera sido pertinente, como hizo Boss, un devoto seguidor de Heidegger. En estos días no tengo tiempo de revisar los 5 casos expuestos por el psiquiatra suizo, pero en el libro que comento no se ilustra este enfoque. En todos los enfoques, sus promotores prometen más de lo que pueden cumplir. Yo mismo he escrito todo un libro sobre Comprender los sueños, en parte desde una perspectiva hermenéutica, en parte en la propuesta de una re-inmersión por parte del soñador para que él mismo comprenda lo que revela sobre sí mismo. Es sorprendente cuánto esta re-inmersión por parte del soñador amplía su comprensión de aspectos específicos de su mundo personal. La persona toma conciencia de cómo conviven en él otros personajes, anhelos insatisfechos que claman por su cuidado y también cómo existen en todos nosotros áreas de misterio y potencialidades insatisfechas. Además, hay una comprensión intuitiva del sueño, una comprensión que se afina a medida que el cliente en terapia pronto ingresa a su mundo de sueños como algo que en muchos sentidos es un aspecto de su mundo.

d) La fenomenología de la situación terapéutica. En este artículo, nuestro autor destaca cinco puntos, que solo mencionaré para despertar el interés del hipotético lector:

- La fenomenología de la situación terapéutica
- La reciprocidad como punto de partida, muchas veces ignorada por los terapeutas, como es habitual en la relación médico-paciente. El mediador químico está en primer plano como el gran recurso de curación.
- La intersubjetividad como base de la reciprocidad.
- Las características de la reciprocidad.
- La sedimentación de la relación terapéutica.

Temas poco frecuentados por los psicólogos en su formación profesional.

Llegamos así a los temas más frecuentados por Giovanetti en este libro excepcional en nuestro medio académico. Haré una entrada de cortesía sobre el último tema que entiendo como algo que hasta ahora no había sido considerado por nuestros teóricos del enfoque psicoterapéutico, en el Dasein-análisis y también en enfoques de carácter comprensivo humanista-existencial. Me refiero a la interesante aportación de Eugene Gendlin a una clínica antropológica.

Que yo sepa, el grupo de Giovanetti fue el mayor impulsor del método de Gendlin, en Brasil, conocido como Focalización o *Focusing*.

Antes de entrar en la obra de Gendlin, Giovanetti retoma los aspectos esenciales de un enfoque fenomenológico existencial, con orientación antropológica, ya tratados en capítulos anteriores; solo agrega algunas figuras nuevas.

La primera que destaca el autor es la inspiración rogeriana de Gendlin. Fue Rogers quien lo remitió a su propuesta de trabajo posterior. Lo que mencionaré como lo más relevante de Gendlin se refiere a su abordaje del cuerpo y la corporeidad como plan princi-

pal de una transformación del yo; se trata de experimentar las sensaciones y sentimientos cuando una persona se entrega a enfocar lo que sucede en él a partir de un entrenamiento previo del terapeuta. Todo el proceso de cambio tiene lugar en este contacto con el propio cuerpo, con las sensaciones y emociones que pueden surgir de esta inmersión en el ámbito de la propia corporeidad; la persona enfoca su atención en este acontecer en cuanto se deja poseer por lo que siente de sí misma de esta manera. Giovanetti hace varias observaciones sobre cómo se da la relación con el terapeuta, quien no se presenta como una autoridad, sino como un ayudante de una experiencia que le permitirá una nueva forma de sentirse así como cambiar su forma de relacionarse con el paciente.

A mi manera, de forma didáctica, haré un esquema de las propuestas de Gendlin:

1. El terapeuta es ante todo un facilitador de un proceso de cambio y desarrollo que tiene lugar en su cliente.
  2. Las terapias verbales tradicionales, definidas en términos de comprensión progresiva de conflictos, nodos y configuraciones personales de síntomas, son lentas e insuficientes.
  3. La expresión verbal tradicional suele expresarse en términos demasiado conceptuales, aunque exista un clima emocional en la propia relación. Es necesario promover una relación en la que se llegue a los niveles más profundos y directos, en la que se superen los impasses, la trama y las fuentes del sufrimiento del cliente.
  4. Este nivel debe encontrarse en el plano corporal, territorio en el que se enraízan todos los fenómenos psíquicos. La terapia debe pues intentar acceder al plano corporal, fuente, además, de las percepciones sensoriales, que es la experiencia más original del ser humano. En este plano se articula la experiencia más significativa. Este concepto es central en la teoría de este maestro, ya que el experimentar es inherente a la existencia misma. Algunas características:
    - La vivencia se manifiesta en el presente inmediato, en el aquí y ahora de la persona.
    - Se siente corporalmente, más que pensada, analizada y verbalizada.
    - La experiencia se siente claramente, pero confusa en términos conceptuales. Es preconceptual. Tiene varios significados implícitos.
- Corporeidad--->percepción-sensorial--->sentimientos-->articulación de todos ellos en la experiencia: son la base del Focusing.
5. En esta técnica se aconseja al cliente que se relaje, o al menos que se ponga cómodo, y luego se ponga en contacto con las sensaciones corporales, que emanan sentimientos y sobre todo imágenes significativas de lo que le está afectando. El terapeuta lo acompaña según el propio ritmo de contacto y emergencia del plano experiencial del cliente. Lo importante es que la persona vaya entrando en contacto paulatinamente con sus constantes afectivas negativas y positivas.
    - En algunas sesiones, cuyo número varía según la persona, la persona promueve un proceso vivencial, que deriva del contacto con su propia experiencia. Hay

tres aspectos del contacto que se pueden observar en el proceso de cambio:

- La función de contacto que establece la conexión directa entre el organismo y las sensaciones sentidas.
- La función de diferenciación y significado de la experiencia, que permite significar las sensaciones emergentes.

- La función de expresión, que consiste en expresar verbalmente o no el acontecer experiencial.

Formulación de la aplicación de la técnica:

Gendlin invita al cliente a relajarse (5 seg). Ahora presta atención a una parte especial de ti. Presta atención a la parte que te perturba, miedos, tristeza (5 seg.) Presta atención y mira cómo está esa zona dentro de ti. Fíjate en lo que surge cuando te preguntas: ¿Cómo estoy ahora? ¿Cómo me siento? ¿Cuál es lo más importante para mí en este momento? Deja que surja, cualquiera que sea la forma de hacerlo; ver cómo es (10 seg).

## Referencias

- Gendlin, E. (2006). Focalização. Uma via de acesso à sabedoria corporal. S. Paulo: Gaia.
- Giovanetti, J. P. (2018). Psicoterapia antropológica – As contribuições de Binswanger e Gendlin. Belo Horizonte: Spes.
- Laing, R. D. (1958). O eu dividido. Estudo sobre a loucura e a sanidade. Zahar
- May R. e otros. (1963). Existencia. Nueva dimensión en psiquiatría y psicología. Gredos,
- Romero, E. (2012): A compreensão dos sonhos. O poder criativo do imaginário na psicoterapia. Um enfoque compreensivo fenomenológico-hermenêutico. S. Paulo: Della Bídia,

## Curriculum

Psicólogo clínico. Ex docente de varias universidades en Brasil. Miembro fundador y de honor de ALPE. Escribió numerosos libros científicos y literarios.

## Correo de contacto:

[emiliorom@terra.com.br](mailto:emiliorom@terra.com.br)

**Fecha de entrega:** 30/01/2022

**Fecha de aceptación:** 07/02/22