

AREAS DE CONVERGENCIA EN PSICOTERAPIA

Saúl Peña Kolenkautsky¹

Se plantea que, en psicoterapia, existen elementos muy importantes de convergencia como la motivación, el compromiso y el conocimiento psicoterapéutico integral para ayudar a los pacientes a que se ayuden a sí mismos. Se incluye aquí un conocimiento diverso, clínico (diagnóstico, pronóstico y conducta a seguir), técnico (método), psicopatológico, teórico, pragmático y humano.

Se señala la necesidad de una formación y de un entrenamiento en la orientación psicoterapéutica elegida, donde hay elementos convergentes como la calidad de la persona, su integridad y autenticidad, la biografía, la ética, la cultura y la cosmovisión, todos ellos relevantes en la compleja interacción que significa la psicoterapia.

Palabras Clave: *Psicoterapia, Psicoanálisis, Convergencia.*

Motivation, pledge, and psychotherapeutic knowledge are important concurrent elements in psychotherapy to get patients help themselves. We include diverse knowledge: clinic (diagnosis, prognosis, therapeutic plan) technical, psychopathological, theoretical, pragmatic, and human. We point out the need of formation and training in an specific psychotherapy, with the concurrence of relevant elements such as: person quality, integrity, authenticity, biography, ethics, culture, and cosmovision; all these are important elements in complex interaction of psychotherapy.

Key Words: *Psychotherapy, Psychoanalysis, Concurrence.*

¹ Psiquiatra, psicoanalista.

Quiero agradecer profundamente la gentil invitación del doctor Francisco Bravo Alva, Director General del Hospital Hermilio Valdizán y al doctor José Chieng Durán, Presidente del Cuerpo Médico del mismo a la celebración del día de la Psiquiatría Peruana y a la inauguración del Servicio de Psicoterapia Dinámica Saúl Peña Kolenkautsky, privilegio invalorable y un alto e imperecedero honor. Igualmente quiero hacer extensivo este agradecimiento al doctor Luis Alberto Vergara Fernández, Director de la Disa IV L.E., por su intermedio a la Ministra de Salud, Dra. Pilar Mazzetti y al Presidente Constitucional de la República, Dr. Alejandro Toledo Manrique, así como a todos ustedes que trabajan en esta digna y valiosa institución en pro de rehabilitar y recuperar la salud mental de aquellos peruanos que enfrentan el dolor, el sufrimiento y el conflicto psíquico, mental y espiritual.

Esta nominación me conmueve hondamente. Valoro muchísimo que en vida se me otorgue esta distinción que proviene de un vínculo y mutualidad humana y didáctica de aprendizaje y rindo un homenaje a mis alumnos, discípulos y colegas, doctores: Alfredo Aragaki Madrid, Héctor Barandiarán Estremadoyro, Eric Bravo Basaldúa, Pedro García Toledo, Manuel Pantigoso Rodríguez, Milko Quispe Cisneros y César Rojo Castillo, con quienes hemos vivido una experiencia de cariño y conocimiento en una relación continua, consistente, auténtica, de enriquecimiento mutuo, con espontaneidad y naturalidad frente a lo inesperado del proceso de nuestras reuniones semanales, desde hace dos años. Sigo aprendiendo y encontrando evidencias tangibles de la capacidad psicoterapéutica creativa de mis apreciados colegas. Este entrenamiento contribuyó a hacer realidad la existencia y funcionamiento

de la Unidad de Psicoterapia Dinámica del Hospital Hermilio Valdizán.

Quiero expresar mi reconocimiento y admiración a Hermilio Valdizán, pionero de la Psiquiatría peruana, que luego de nutrirse del conocimiento como especialista en Europa, manifiesta su profundo amor a su patria, regresando en 1915 a dedicarse plenamente a la Psiquiatría en nuestra realidad. Funda la Cátedra de Enfermedades Mentales y Nerviosas, la Sociedad Peruana de Psiquiatría, los Anales de la Facultad de Medicina y la Revista de Psiquiatría y Disciplinas Conexas. En 1921 llega a ser director del Asilo Colonia de la Magdalena. Exige el estudio del trasfondo del folklore, la cultura y la historia de los pueblos del Perú porque comprende que el hombre en su sociedad rebasa todas las orientaciones, sobrepasando el hospital y proyectándose a la comunidad. Su diccionario de Medicina Peruana es referencia indispensable en todo proyecto de investigación en la Psiquiatría nacional. Eximio maestro porque comprendió que no hay mejor enseñanza que aquella que alcanza el cerebro a través del corazón.

Igualmente, dado que es el día de la Psiquiatría Peruana, es indispensable mencionar a los distinguidos y paradigmáticos colegas Abel Victoriano Brandin, Hipólito Unanue. José Casimiro Ulloa, considerado como el padre de la Psiquiatría Peruana, discípulo sobresaliente de Cayetano Heredia, fundador de la Facultad de Medicina en 1856, Manuel Muñiz, Baltasar Caravedo, Sebastián Lorente, Honorio Delgado, Federico Sal y Rosas, Carlos Gutiérrez Noriega, Carlos Alberto Seguín, Humberto Rotondo, Emilio Majluf, Javier Mariátegui, Mariano Querol, Oscar Valdivia Ponce y otros colegas que sería interminable nombrar.

Este trabajo “Áreas de convergencia en psicoterapia”, que presenté en el Congreso Internacional de Psicoterapia y ahora acá se lo dedico al Hospital Hermilio Valdizán y a estos creativos y genuinos psiquiatras y psicoterapeutas mencionados, reiterándoles mi agradecimiento profundo. Gracias. Muchas gracias. Con el corazón, con la mente y con mi ser.

Mi gratitud a mi maestro Carlos Alberto Seguí con quien mantuve un vínculo desde 1952 cuando asistí al Departamento de Psiquiatría del Hospital Obrero de Lima, como estudiante de Medicina hasta terminar mis estudios médicos a inicios de 1960 y donde trabajé hasta fines de 1963, lo mismo que en la Facultad de Medicina de San Fernando de la UNMSM, donde fui honrado al ser Coordinador del Departamento de Ciencias Psicológicas. Viajé a Londres en 1964 a continuar mi formación psiquiátrica, psicoterapéutica y a emprender mi formación psicoanalítica en el Instituto de Psiquiatría de la Universidad de Londres (Maudsley Hospital y Bethlehem Royal Hospital) las primeras y la última en el Grupo Independiente del Instituto de la Sociedad Británica de Psicoanálisis, donde me gradué como psicoanalista de adultos, adolescentes y niños, regresando al Perú a fines de 1969 a cumplir con mi anhelo de iniciar el movimiento psicoanalítico en nuestro país del cual Carlos Alberto Seguí fue el indudable precursor, así como pionero de la psicoterapia en el Perú.

Tienen asimismo mi gratitud y reconocimiento mi analista Paula Heimann, quien fue analizada por Theodor Reik, a su vez analizado por Sigmund Freud, y mis supervisores Donald Winnicott, Marion Milner, Charles Rycroft. Adam Limentani y Masud Khan con quienes participé en una relación significativa y trascendente como discípulo,

aprendiendo e internalizando la experiencia singular que tuve con cada uno de ellos, así como con cada uno de mis pacientes. Quiero incluir en esta lista de maestros a Margaret Little con quien tuvimos experiencias muy fecundas. Lo mismo que mis colegas Carlos Crisanto y Max Hernández con quienes compartimos el trabajo pionero del psicoanálisis en el Perú y todos mis colegas, miembros, analizados, supervisados y alumnos del Instituto de Psicoanálisis de la Sociedad Peruana de Psicoanálisis.

El ser humano es único, distintivo y diferente a cualquier otro, así tenga un diagnóstico similar; lo mismo que cada psicoterapeuta, cada vínculo y cada relación humana. Todo ello es un aprendizaje y descubrimiento mutuo y original no sólo de uno, del otro y del nosotros, sino de un proceso de esclarecimiento de nuestros vínculos más primigenios hasta los actuales, fundamentalmente los arraigados, influyentes y dialécticamente estimulantes.

Lo que percibí con mi analista y con mis supervisores y maestros fue una identificación e internalización de su ideología consciente e inconsciente; su *Weltanschauung* sigue viva y estimula mi interioridad, en una mutualidad creativa de estar juntos, diferenciados, individualizados y separados. Nuestra concepción del ser humano y de la psicoterapia se distinguen por ser convergentes, pero también de crítica y cuestionamiento, lo mismo que con mis pacientes, mis discípulos y colegas analizados.

Lo que sigue es una síntesis de nuestros vínculos en los que aprendí mucho de aspectos de ello y míos unidos en una Eros y Tánatos psicopedagógicos y psicoterapéuticos. La psicoterapia requiere situarse frente a uno mismo ante la inquietud y la incertidumbre

humanas. La fuerza del poder destructivo en el hombre en nuestras realidades intrapsíquicas, intersubjetivas y transsubjetivas es de tal magnitud que es indispensable fortalecer nuestro espíritu, con nuestro Eros, frente a la amenaza fanática para alcanzar así libertad e intimidad dentro del medio social circundante. Es importante la destructividad de uno, del otro y del nosotros e intentar superarla a través de un Tánatos creativo y terapéutico (libidinización de la agresión). El diagnóstico, instante de la biografía, adquirirá una carga de trascendencia en el nosotros que es indispensable comprenderla, siendo necesario previamente comprenderse a sí mismo.

La psicoterapia es una actividad de persona a persona, de alto contenido ético y social. Se da desde el nacimiento y va desarrollando gradualmente un sentido, siendo importante reconocer que esta relación no está solamente en la transferencia sino en los atributos reales de la otra persona y de sí misma. La enseñanza que recibo y transmito va de la experiencia a la existencia, es de naturaleza integral: de la mente, del espíritu, del alma, de la psiquis y del cuerpo. La vida hay que vivirla, como dice Goethe, "En la integridad, la plenitud y la belleza", con ansia de descubrir, con una pasión lúcida agrego, y con el intento de encontrar respuesta al dolor, a la angustia, a la desesperación y a la tristeza, lo mismo que a incertidumbres, dudas, interrogantes, enigmas y misterios. Esta respuesta aspira a aliviar el sufrimiento del hombre no sólo físico sino espiritual y psíquico.

El psicoterapeuta es un hombre de ciencia, pero también un artista y su manera personal es insustituible. Al integrar lúdicamente su Eros y su Tánatos terapéuticos con sensibilidad y vibración afectiva creadora logra

el placer y satisfacción de poder ayudar a otro ser humano, fundamental en el ser y hacer (sense of being y sense of doing). Hay que ser capaces de dar y de darse; es decir, de amar, pero también saber hacer pensar. Esto logra el inmenso disfrute de despertar e iluminar la vida interior (insight), haciendo de la existencia algo trascendente, al buscar si no la cura la mejora como ser humano, integrando su pasado, su presente, favoreciendo su futuro, en un trabajo mutuo (working through).

Los psicoterapeutas, conocedores de hombres, expertos en la mente, tienen la sensibilidad y el conocimiento para poder utilizar su impulso de curar (healing impulse), presente en todos los seres humanos, no sólo con los individuos sino con las parejas, la familia, los grupos, la sociedad y el Estado, y gracias a Freud, al psicoanálisis y a otras contribuciones psicoterapéuticas importantes, enfrentarse a los problemas diarios del hombre, potencializando el valor del diálogo interdisciplinario, puente que une la terapia con la cultura general, acercándose al alma del hombre, a sus capacidades y manifestaciones más sublimes y más decadentes, estimulando la curiosidad y especulaciones filosóficas, religiosas y otras. Además de la orientación elegida, es necesario ver al paciente como una totalidad de alma y cuerpo, en una medicina de hombres, plural e integradora, humanista, frente a problemas de vida y muerte, reales y simbólicos, restaurando el equilibrio perdido.

Se escucha con el alma, se oye con los oídos, la psicoterapia es una actividad auditiva, pero no sólo. El hombre no es solamente su historia, su tiempo, su evolución y devenir, sino primordialmente lo que hace con su historia en el aquí y ahora y en su futuro. Si uno se acerca con comprensión,

respeto, cariño e interés por su intimidad, pensamientos, deseos y temores frente a experiencias propias de ser único, se puede apreciar ese misterio personal. La experiencia psicoterapéutica se espera que cambie la realidad de su existencia, haciéndolo más persona, más libre, autónomo y responsable, en su búsqueda y su esperanza.

La integración de las vivencias, ideas y sentimientos guían la existencia de cada uno de nosotros y voluntaria o involuntariamente colorean nuestras actitudes y moldean nuestras palabras, es lo que llamo “ideología inconsciente”, profunda concepción de la existencia que transmitimos a nuestros pacientes en nuestro actuar.

Comprender es mantener el espíritu abierto, sin prejuicios ni rigideces, es casi vivir sus problemas como si fueran nuestros, es ser hombre con los hombres sin desprecio ni orgullo. No fiscalizando ni penalizando sino percibiéndolos como personas sufrientes. Nuestro papel no es juzgar y condenar, sino comprender, empatizar y ayudar. Es lo que llamo contratransferencia creativa que proviene de mi experiencia con mi madre analítica Paula Heimann. La contratransferencia se define como la transferencia de afectos irracionales en la persona del analista en su relación con su paciente y sugiere los sentimientos que el psicoterapeuta transfiere al paciente como consecuencia de los que éste le ha transferido.

Hay personas cuya inseguridad se traduce no en el temor al porvenir sino en la incapacidad de disfrutar el presente. Si uno es capaz de ver la vida en una actitud de búsqueda de realización está capacitado para enfrentar con coraje lo triste, débil y miserable de su ser. Hay que ayudar a vivir con menos dolor y sacar fruto y beneficio del

sufrimiento saludable, que no se desvirtúe ni desnaturalice transformándose en síntoma o en enfermedad, es decir en sufrimiento patológico.

Los enigmas del sentimiento, de la creencia y de la sociedad al comprenderlos dan la capacidad de aliviar angustias y dolores, permitiendo devenir en un verdadero ser (true self), ofreciendo lo mejor de uno y a no ser un ser falso (false self).

Al hablar de amor se enfrenta un misterio, este impregna la vida humana con una maravillosa mezcla de fuerzas instintivas, afectivas y espirituales.

Involucra una serie de significados, impulsos variados que informan de la inmensa gama de amores que se encuentra en la vida. Siendo lo más importante de la existencia humana se realiza la síntesis de tendencias opuestas y una mezcla en la que diversos sentimientos auténticos, en proporciones diferentes, dan un resultado de mutualidad, como si se combinaran lo claro y lo oscuro, lo cálido y lo frío, la vida y la muerte. Es una variedad múltiple de afectos y una dualidad de sí y de no, de otra manera sería patológico. En una forma u otra, el instinto como raíz está presente, pero si solamente se limita a lo instintivo deshumanizado, desafectivizado, cosificado y alienante se mutila la realidad que es la variada verdad del amor. Este está relacionado con el Eros y el Tánatos, pero va más allá pudiendo llegar a niveles imprevistos y sorprendentes. El amor incluye a ambos; existe en él un impulso de poseer y ser poseído; elementos femeninos y masculinos en ambos sexos, que se distinguen por la capacidad de amar. Es un estar juntos y separados; cada quien ama y quiere a su manera, expresión de la mismidad, distintividad, unicidad, biografía, existencia, principios, ideología, filosofía y ética.

El mundo espiritual está muy vinculado al psiquismo y a la mente, pero tiene una identidad y un espacio propios en que se mueven fuerzas poderosas y no por aparentemente irracionales menos decisivas. Lo característico de los problemas metafísicos es que por una parte son insolubles y por otra ineludibles. La palabra religión tiene su raíz en *religare* que significa reunir, pero no atar ni renunciar a la individualidad. Es válido hacer un reconocimiento en nuestras creencias de la importancia trascendente de nuestros padres, maestros y de todos los que nos enseñaron directa o indirectamente. La religión es algo que la inteligencia o el conocimiento no pueden resolver. El hombre aspira a confiar, esperar y creer.

Así como somos hombres políticos, también somos, queramos o no, hombres religiosos, creyentes o no creyentes; nuestra religión interna es distinta en cada uno, pero existen elementos comunes.

Un psicoterapeuta no debe imponer sus creencias en los que vienen a buscar la ayuda ni juzgar las del paciente. Si puede uno comentar o explorar el uso que hace de ellas.

Es importante no caer en el perfeccionismo, el dogmatismo, fanatismo, rigidez, deshumanización, desafectivización, cosificación, alienación, congelación, evitamiento, pasividad ni en la falta de estética, ternura, solidaridad, compromiso, autenticidad; es decir de valores esenciales. Y vivir con una pasión lúcida.

Tener clara conciencia de nuestra imperfección y de nuestras limitaciones. Mientras sea capaz de una imaginación fecunda el ser humano será tal: ser racional que obra irracionalmente al vivir y morir; es decir para mi

la capacidad de soñar, durmiendo y despierto, pero creativamente y comunicando nuestra interioridad dirigida a nuestra otredad.

Así como somos seres instintivos, hay que reconocer que somos también seres axiológicos, con un ideal de lograr ser uno, ser persona, libre, responsable, auténtica, con amor y amistad a los otros, con una búsqueda permanente de experiencia, conocimiento, integrando nuestro consciente e inconsciente, con permanente dedicación a nuestro trabajo, cultura y con capacidad de reír y llorar.

Es tremendamente importante la relación del psicoterapeuta con su paciente, su trascendencia depende de ambos, dándole importancia a los aspectos no objetivables de la realidad, readquiriendo conciencia de su humanidad como solución a lo que la ciencia deshumanizada no había podido ofrecerle. La psicoterapia es una forma especial de relación humana que actúa en virtud de la dinámica de la relación interpersonal en todas sus sutiles características en la que a través de experiencias emocionales afectivas y cognitivas se modifican rasgos indeseables de la personalidad.

Gracias a Sigmund Freud, el psicoanálisis constituye la psicoterapia con mayor base y formación sistémica, sin desconocer la importancia de muchas otras aproximaciones. Es con él que se empieza la consideración sería de las fuerzas irracionales y de la afectividad como básicas en la conducta humana. La psicoterapia tendría como propósito hacer conscientes hechos y fenómenos reprimidos y esa concienciación permitiría que se pudieran contemplar y manejar a la luz de la razón.

Entre los psicoanalistas existen los que aceptan la importancia de la relación inter-

personal como decisiva y primordial; los que sostienen que la concienciación y la interpretación son los factores básicos e indispensables; y otro grupo, entre los que me encuentro, que integran ambos. La interpretación mutuativa de los inconscientes y conscientes es una de mis contribuciones y consiste en la claridad de la interpretación, tomando en cuenta tanto la realidad interna del paciente como la del terapeuta.

No puede desarrollarse ninguna relación interpersonal sin participación o sin mutualidad. El compromiso en una relación humana es fundamental. El conocimiento del amor de transferencia que corresponde al paciente es tan importante como la contratransferencia que corresponde al terapeuta y a la que Freud llamó transferencia recíproca que surge en el psicoterapeuta bajo el influjo del paciente, siendo indispensable el reconocimiento de esta transferencia por el terapeuta y su resolución.

Luego de esta indispensable comprensión sobre las áreas de convergencia en psicoterapia que ya han sido transmitidas en gran medida a través de lo dicho, quiero manifestarles que la identidad psicoterapéutica, en este caso la mía, es un elemento muy influyente en las apreciaciones, ya que considero que no existe la neutralidad; la única posibilidad o intento de lograrla es reconociendo nuestra no-neutralidad. Este es un aspecto importante a considerar en las convergencias. Soy un psicoanalista, psicoterapeuta humanista, freudiano, dialéctico, existencial, heterodoxo y antidogmático.

Elementos muy importantes de convergencia son: la motivación, el compromiso y el conocimiento psicoterapéutico integral de

ayudar a nuestros pacientes a que se ayuden a sí mismos con un conocimiento diverso, clínico (diagnóstico, pronóstico y conducta a seguir), técnico (método), psicopatológico, teórico, pragmático y humano.

Creo, igualmente, que es indispensable la formación y el entrenamiento en la orientación psicoterapéutica elegida dado que brinda la experiencia, el conocimiento, la supervisión, la responsabilidad, y la ética que corresponde a una intimidad tan profunda y mutua como es la psicoterapia. La relación humana de personas no necesariamente profesionales o psicoterapeutas formados, con una intencionalidad creativa, auténtica, afectiva, empática, intuitiva y de interés primordial por el otro o la otra, pueden tener efectos incluso trascendentes, pero son indudablemente excepcionales.

La calidad de persona, su integridad y autenticidad, además de la personalidad, la idiosincrasia, la biografía, la ética, la cultura, la cosmovisión, no sólo del psicoterapeuta sino del paciente y la distintividad del vínculo que establezcan con seriedad y suma responsabilidad son elementos convergentes que van a influir significativa y trascendentemente, sin idealizar ni disminuir, minimizar, ni menos imponer prejuiciosa, fanática, rígida y sectariamente la orientación o método que se ejerce. En otras palabras, será la conciencia de la identidad, el conocimiento, las limitaciones y posibilidades reales del terapeuta y del paciente las que determinarán su devenir, su respetabilidad y alcances.

Le doy plena importancia a la comunicación de los inconscientes y conscientes, a la trascendencia de la relación con la madre, el padre, de ellos con uno y entre ellos, ele-

mentos primordiales y dinámicos, valorando la infancia, la niñez, la adolescencia, la adultez y la vejez a través de nuestra existencia, nuestro Eros, Tánatos, instinto de vida y de muerte, sus derivados y vicisitudes, la relacionabilidad desde lo más temprano hasta lo actual con reconocimiento de los factores predisponentes, herencia y constitución; determinantes desde que el bebé se encuentra en el antro materno hasta la actualidad; y desencadenantes (la muerte de seres queridos, las separaciones, los accidentes, los traumas, frustraciones, privaciones, carencias, etc.) En determinados pacientes se hace facilitante o indispensable el uso paralelo de la psicoterapia y la psicofarmacología, así como el aporte indudable de las neurociencias.

Es remarcable la amplitud y diversidad de orientaciones psicoterapéuticas que alivian los problemas y conflictos humanos en la búsqueda de un bienestar psíquico, mental espiritual, físico, social y cultural, incluyendo las psicoterapias psicoanalíticamente orientadas en toda su diversidad y las dinámicas, así como las existen, gualtistas conductistas, sistémicas, transaccionalistas, cognitivistas, reflexologistas, psicodramatistas, la psicoterapia breve y a los psicoterapeutas de pareja, familia, grupo, comunidad, ocupacional, del arte, de la música, de la danza, etcétera.

Es pertinente mencionar las importantes investigaciones que se están realizando en psicoterapia. Por último, son muy promisorios el inicio y los alcances de la psicoterapia preventiva y social psicoanalíticamente orientada para poblaciones menos favorecidas que están respondiendo en una forma muy significativa y evidente. Y la contribución psicoanalítica y psicoterapéutica para profundizar en el conocimiento político de nuestra realidad en beneficio de nuestros pueblos, desligándose de prejuicios atávicos inadmisibles que contaminan los valores de un psicoterapeuta auténtico.

Reitero mi felicitación a mis colegas por el válido homenaje a la Psiquiatría peruana en su día y los congratulo profundamente por el nacimiento del Servicio de Psicoterapia Dinámica que estoy seguro fortalecerá a la comunidad psicoterapéutica por recepcionar, acoger y brindar, integrando elementos femeninos y masculinos, en una cópula creativa que se traduce en un diálogo natural, permanente y continuo, en un ambiente facilitante, amplio, alterado y creativo, para bien de nuestros pacientes, de nosotros mismos, nuestra comunidad, cultura, sociedad y de la propia humanidad.

Sé que la Unidad de Psicoterapia Dinámica será un baluarte de la salud mental, en la asistencia, entrenamiento e investigación de la psicoterapia en el Perú.