



4. APLICACIONES CLÍNICAS

A nivel de la clínica, la psicología realista trabaja en dos campos de acción, la terapia individual y la de pareja, aunque no se excluye la atención a niños y jóvenes, su aplicación se desarrolla con mayor efectividad con adultos, ya que estos tienen mejor integrado su sistema de valores.

4.1 Aplicaciones clínicas en terapia individual

Como se ha mencionado, la psicología realista tiene como principal eje de acción, el facilitar el camino en el paciente, en la organización, en la familia y en su descubrimiento del yo trascendente, de orientarlo hacia un camino que va más allá de lo sensible.

Para realizar una psicoterapia realista se aplican los siguientes supuestos (López 2002):

1. El origen de la psicopatología es difícilmente monocausal, por lo tanto debe analizarse de la manera más integral posible.
2. El terapeuta puede y debe ser un modelo ético.
3. El proceso terapéutico es esencialmente un proceso educativo.
4. El terapeuta puede hacer uso de diversas herramientas psicodinámicas y psicológicas en general cuando el caso que trata así lo requiera para avanzar en el proceso de desarrollo humano.
5. En ocasiones, el origen del cuadro patológico de orden neurótico, se debe a que el paciente ha convertido un valor relativo en un valor absoluto.
6. Una persona puede mejorar drásticamente su calidad de vida, objetiva y



subjetiva a través de convertir su fuente de placer; del “vicio” a la “virtud”.

La terapia realista resuelve los problemas centrándose en el aquí y ahora del paciente y en el cómo crear un mejor futuro, en lugar de concentrarse y estancarse en su pasado y debe hacer énfasis en que es su decisión y debe tomar acción en el control sobre su vida.

A continuación se presenta un caso que ayuda a ilustrar la mecánica aplicada en un proceso que inició individual y dada la naturaleza del padecimiento se involucró a la esposa, pero el centro de la terapia fue el esposo.

Ejemplo de un caso clínico de terapia individual bajo la psicología realista.

A) Identificación de caso:

Nombre	Javier
Edad	49 años
Sexo	Masculino
Estado Civil	Divorciado
Escolaridad	Desconocida
Ocupación	Desconocida
Religión	Católica.
Lugar de Residencia.	México, D.F.
Fecha y lugar de nacimiento	1959 en DF
Fuente de Referencia	Sacerdote
Fuentes de Información y grado de confianza que puede darse a los datos obtenidos acerca del paciente.	Procede del paciente y de su ex esposa, se considera confiable la información.
Nombre del Psicoterapeuta.	JJR

B) Motivo de Consulta.

Por referencia de un sacerdote, ante la situación marital que presenta de



infidelidades recurrentes desde el segundo mes de casado.

Al llegar a terapia, el paciente había estado casado por casi veinte años.

Se encuentra en profundos dilemas, pues está “fuertemente” enamorado de una mujer, pero una “religiosidad” fuerte, le impide divorciarse (a pesar de que siempre ha tenido relaciones extramaritales).

C) Padecimiento actual.

Después de las primeras entrevistas, se percibe una estructura “yoica” debilitada ante múltiples factores.

Destaca su constante discurso referido a lo que otras personas dicen.

Durante las primeras 5 ó 6 sesiones, en ningún momento cita algo así como: “Lo que yo quiero...” o “Lo que yo percibo...”, sino “Como dice... mi mamá, mi novia, mi esposa, mis hijas....”.

Suele romper en llanto con relativa frecuencia al hablar de su niñez temprana, entre los 3 y 8 años, aludiendo a recordarse como un niño solo, abandonado, y con poca seguridad.

Presenta alta dependencia emocional, incapacidad para “estar solo” emocionalmente.

Historia Familiar

Padre muerto en un accidente cuando él tenía cuatro años.

Su madre se volvió a casar cuando él tenía nueve años.

Nació de un tercer embarazo, sano, sin ninguna alteración significativa en el embarazo.

Tiene dos hermanas mayores, un medio hermano menor y una media



hermana menor.

Tratamiento

En primera instancia, se procedió a conocer la dimensión real del problema.

Lo primero que descubrimos analizando su relación es que no cumplía con los cánones de matrimonio.

Cuando eligió casarse no fue una decisión libre, ordenada, había salido del seminario de una orden religiosa y su capacidad de discernimiento se encontraba muy limitada.

El tiempo que duró su noviazgo fue de dos meses cuando se decidió el matrimonio, a pesar de que este ocurrió hasta 10 meses después.

Usando su estructura axiológica, se propuso en primera instancia la posibilidad de que en realidad él estuviera soltero, pues nunca se consolidó la esencia misma del matrimonio que es la decisión libre, consciente y razonable de casarse.

La relación siempre estuvo impregnada de conflictos y propiamente hablando, nunca hubo auténtica intimidad humana y comunicación profunda.

La esposa asistió a terapia, claramente tiene problemas de estructuración yóica, presentándose como alguien con profundas depresiones, baja autoestima, llanto frecuente e incapacidad para enfrentar al mundo de manera adecuada.

Un cuadro de tipo regresivo agudo, y profundamente dependiente, cuestión que ratifica la incapacidad para contraer los compromisos del matrimonio.

Esta etapa duró alrededor de 4 meses, en las que el primer logro es el descubrimiento de la soltería psíquica y moral de ambos.



Ella fue referida a otro terapeuta, con enfoque clínico y psiquiátrico.

El procedimiento consecuente se fundamentó en la “reparentalización”, el terapeuta generó un proceso de reconstrucción yóica, utilizando técnicas de hipnosis ericksoniana, PNL, Gestalt y otras, que permitieron “sanar” algunos episodios graves de dolor en la primera infancia y generar una internalización del terapeuta para reconstruir una religiosidad psicoasténica, por una religiosidad más plena, humanizante y plenificante, en la que el bien humano es integral.

Resultados de la terapia

El paciente, después de un año y medio alcanzó lo siguiente:

- a) Un divorcio pacífico,
- b) Relación más adulta con su ex esposa
- c) Relación de paternidad y no complicidad o sumisión con sus hijas.
- d) Relación estable con una mujer más adulta.
- e) Establecimiento de un noviazgo adulto con dicha mujer.
- f) Libertad personal para elegir sin dependencia emocional el casarse o no.

Se puede observar la aplicación y el manejo de los valores de la psicología realista, pero también su flexibilidad para ante todo ayudar al paciente a reencontrar un cauce de vida, se percibe también la utilización de otras técnicas psicológicas, pudiendo entender el carácter ecléctico del modelo.

A efecto de facilitar la comprensión del caso y el tratamiento bajo el enfoque de la psicología realista, menciono que el análisis transaccional fue ocupado como marco conceptual para entender cronológicamente las siguientes expresiones de la personalidad de Javier.



- a) Su fijación constante en el egoestado Niño Troquelado Sumiso.
- b) Su relación ambivalente entre Niño Troquelado Sumiso y Padre Autócrata en relación con sus hijas.
- c) Su relación ambivalente entre Niño Troquelado Sumiso y Padre Manipulador en relación con su ex esposa.

La aplicación del AT permitió tener como resultado un mayor conocimiento interpersonal en el paciente, así como un mecanismo más consciente y autoregulador que le permitió prevenir ciertas conductas como incorporarse a chantajes o juegos psicológicos, así como a formarse como un Padre Educador en relación con sus hijas y recuperar/reconstruir la figura de autoridad que había perdido.

En relación con la aplicación del enfoque realista en la terapia puedo mencionar que entre las principales diferencias sobre otros enfoques son:

a) La Psicología Realista, considera al Ser Humano no sólo bajo las teorías psicológicas – subjetivas, sino a partir un enfoque ontológico del mismo. Esto es, que el “yo” tiene ciertas características esenciales, que resultan transculturales, transhistóricas e independientes de su conciencia, tales como:

- La ambivalencia natural.
- La conciencia tendiente al absoluto.
- El hambre de estímulo psicoafectivo.
- El aparato neurofisiológico.



- La construcción sociológica de la dimensión intersubjetiva.
- El hambre de trascendencia y sentido.

b) La Psicología Realista opera mediante un enfoque semi-directivo, en el cual se procura el INSIGHT, el cual no es abandonar al paciente ambivalente al “descubrimiento” de sus impulsos (únicamente), sino al reconocimiento de los mismos y de su dimensión ético–social, la cual no surge de los “principios introyectados y subjetivos” del terapeuta, sino de un análisis ético–filosófico, por lo cual, la epistemología de la Psicología Realista es eminentemente transdisciplinaria y no sólo interdisciplinaria.

c) La Terapia Realista agrega al AT, una dimensión ética del Adulto Integrado (apuntalamiento esencial de su enfoque clínico), el cual se construye no sólo de una dimensión objetiva de la percepción y de juicios racionales, sino de virtudes morales, libremente elegidas como un acto de entender.

d) La Terapia Realista agrega a la terapia racional emotiva, una dimensión en la que los problemas no sólo son “descompuestos y analizados” cognitivamente, sino que deben fundamentarse en última instancia en el principio de realidad, el cual es multidimensional: eco-bio-psico-social-trascendental. Esto es, la Psicología Realista, se buscará que el paciente analice su problemática con todas sus obligaciones y exigencias éticas intrínsecas.

4.2 Aplicaciones clínicas en terapia de pareja

La forma de actuar del terapeuta a nivel pareja es que cuando tratar matrimonios debe considerar que es este contrato, quién lo creó, para qué existe, cuáles son sus propiedades y sus fines específicos, para esto el terapeuta se apoya no sólo de la psicología y de las ciencias que describen, sino que además



recurre a la normativa que define de manera clara y sustancial cuál es el deber ser del ser humano en cuanto a ser sexuado, relacional y trascendente.

En el orden ontológico se aborda el origen de la persona humana, su dignidad, su ser específicamente hombre o mujer, la unidad en el camino a Dios, en la psicología realista se considera que el matrimonio sin Dios tiende al fracaso, porque es una vocación a la que Él llama uniendo al hombre y a la mujer.

En el orden psicológico se trata la comunicación, pero una comunicación profunda, una comunicación personal, de interioridades, en el que el tú y el yo dan vida a un nosotros, así como también la intención de procurar el máximo bien del otro.

Todo lo anterior se logra a través de la reeducación, de tal modo que la persona conozca la verdad y sea realmente libre, es decir en resumen, debe facilitárseles el entendimiento de lo que es verdaderamente el matrimonio.

En el tratamiento es preciso realizar un diagnóstico, en el que se analiza si lo que une es lo absoluto, es decir Dios, si es así, entonces cualquier problema que aqueje a la pareja será relativo; dado que cuando lo que une al hombre y a la mujer es lo relativo y que puede haberse absolutizado, habrá que poner las cosas en su justa dimensión y por ende buscar la dignificación del hombre, de la pareja y motivarlos a perfeccionarse.

El psicólogo realista evaluará, educará y asesorará acerca del normal desenvolvimiento de las relaciones de pareja, desde el noviazgo hasta las relaciones de índole conyugal y familiares a lo largo de diversos ciclos de la vida, así como prevenir disfunciones y evaluar conflictos en un primer nivel de



asistencia, para facilitar a través de los medios ya mencionados, el descubrimiento de la verdad en el caso concreto y proporcionar a las personas los medios y las herramientas mas adecuadas para mejorar a fondo su calidad de vida y que propicie la trascendencia del ser personal y de la relación en si misma.

Con esta descripción sobre la forma de aplicación en terapia personal y de pareja se ha podido tener un acercamiento más concreto a la forma de operar un proceso bajo este enfoque; queda claro el profundo sistema y aplicación de los valores cristianos y la búsqueda de impulsar el cambio en las personas a través de ellos; se destaca también que no es un modelo cerrado que no incorpora otras técnicas y herramientas, eso le permite abrir su campo de acción, pero algunas reflexiones más profundas respecto a la psicología realista se presentan en el siguiente apartado donde justamente se incorpora la discusión final de este documento.