



DISCUSIÓN

Mi interés por realizar esta tesis surgió a partir de mi deseo de ser una terapeuta eficaz y con un sentido ético en mi práctica clínica, es por eso que investigando las diferentes corrientes psicológicas, tuve oportunidad de conocer este enfoque que me pareció relativamente nuevo de un modelo de psicología; al adentrarme un poco en este esfuerzo, me interesó ya que desde el principio percibí el gran interés que los psicólogos realistas tienen hacia el ser humano en su integralidad y consideré que esta corriente tendría bases sólidas para ayudar a mis pacientes a reencontrarse con ellos mismos en su totalidad.

Al realizar esta tesis, pude profundizar en el estudio de la psicología realista y pude con ello concluir que como toda escuela, tiene pros y contras, los cuales comparto, aclarando que he buscado la mayor objetividad.

La psicología realista se puede considerar original en su concepción del ser humano como unidad penta dimensional, es decir en cuanto a sus ámbitos ecológico, biológico, psicológico, social y trascendente, esta concepción incorpora a las tres dimensiones tradicionales la vinculación con el medio y reconoce como parte inherente del hombre su sentido de trascendencia bajo un enfoque católico.

Otro punto favorable de esta terapia es que los terapeutas realistas son personas preocupadas por el mayor bienestar de sus pacientes, y este bien ser lo ubican en la dimensión trascendente, orientándose a partir de los valores absolutos como: bien, unidad, bondad y belleza; y en su paradigma, consideran que al enfocarse en esta dimensión se motiva al paciente a actuar para perdurar y no solo vivir sin dar ningún fruto en el futuro.

Otro factor distintivo de esta corriente es que otorga un papel fundamental a la ética como parte de la práctica, que se suma a que los terapeutas realistas es



que buscan ser muy racionales con sus pacientes y de conseguir en ellos una buena capacidad de juicio..

Y otro sello de esta escuela es que se promueve intensivamente la formación integral del psicólogo y que sea un modelo viviente de un bien ser y bien vivir.

Sobre aspectos de la psicología realista está el que tiene bases bien planteadas y muy profundas en el catolicismo y por ello para su práctica por parte del psicólogo orientado a esta corriente realista y se deben tener intereses filosóficos y estar apegado a la formación de valores de corte católico.

También se requiere como sello por parte del terapeuta, el tratar de dar ejemplo con la vida, hay mucha congruencia y se puede ir con la confianza de que será responsable.

El hecho de que la corriente realista tenga como método de apoyo las técnicas cognitivo conductuales es un punto positivo ya que estadísticamente ese es un método que ha sido de mucha utilidad y en cierta forma es confiable y bien controlado cada proceso.

Otro aspecto favorable es que al distinguir hábitos buenos y malos, podría ser una teoría sin criterios sólidos, pero al estar sustentada en la filosofía cristiana, se basa en ese sustento.

Algo que me pareció positivo es el que se ayude al paciente a tener la capacidad de juicio sobre la realidad, lo cual se logra en la medida en que una persona consigue realizar un proceso acumulativo y recurrente de atender, entender, juzgar y decidir.

Me parece por otra parte que es una técnica actualizada ya que retoma elementos probados de otras escuelas o metodologías de atención y con ello nutre su propio quehacer, por lo que deja de ser una corriente relativa, y se posiciona



como una corriente que le da seguridad y confianza al paciente para salir adelante.

Otro aspecto interesante es que al lograr que el paciente aspire a un absoluto, se le facilitará la solución de sus problemas al verlo como algo relativo.

Otra característica es que es una corriente que puede ser considerada como humilde, ya que considera que todos tanto terapeuta y paciente están en continuo aprendizaje, y luchan todo el tiempo por aprender a querer y aprender a pensar.

Una limitación es que debido a que va en contra de la forma de vida orientada al hedonismo y al menor esfuerzo, puede no ser del agrado de aquellos pacientes que buscan de manera rápida y fácil salir adelante.

Respecto a las limitaciones de esta escuela, la principal es que para su aplicación se requiere de conocimientos y vivencias en doctrina cristiana tanto en los pacientes como en los terapeutas; lo cual limita su aplicación a pacientes adultos creyentes de la religión católica ya que sus ideas filosóficas son de esta religión; por ello considero que su aplicación puede resultar muy efectiva solo si se aplica a este tipo de personas y su aplicación a niños y jóvenes se percibe limitada ya que se busca que el paciente descubra su yo trascendente, para que vaya más allá de lo que sus sentidos le dictan y aprenda a conocerse a sí mismo.

En conclusión la psicología realista es un modelo conceptual independiente que ofrece a partir de recuperar técnicas y principios del existencialismo trascendente, de las técnicas cognitivo conductuales y el análisis transaccional; una opción, aplicable en los procesos de desarrollo humano aunque estas aplicaciones se vean limitadas a un cierto tipo de pacientes pero es efectiva en esos casos y conviene seguir estudiándola y conocer con mayor profundidad algunos casos de su aplicación.