

Psicopatología desde la psicoterapia existencial: generalidades

by Ricardo Arturo Arreola Viera - Thursday, June 18, 2015

https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/psicopatologia-desde-la-psicoterapia-existencial-generalidades.html



[Regresar al índice de este documento.](#)

Desarrollo

El enfoque psicopatológico destaca el carácter general de su discurso en la medida que ignora la experiencia única en que el ser humano se convierte. La invocación de la disfuncionalidad y de la anormalidad se basa en una norma arbitraria que no representa la particularidad inaprehensible de ningún ser humano.

Esa norma es el promedio estimado de lo que se considera adecuado y racional para los miembros de la sociedad. Por lo tanto, cada persona se ve orillada a regular la unicidad de su existencia a un promedio social sugerido. Se le conmina a ajustar su concreción experiencial irrestricta a una abstracción convencional ajena.

Con esto, el ser humano empieza a desconfiar de la singularidad de su experiencia y abandona una cantidad inimaginable de posibilidades para suponerse maduro, sano y feliz en un mundo que se lo traga. Estas normas, promedios y abstracciones, además de ser extraños a su experiencia e impuestos, son generalidades que desdeñan el ser fenomenología) y lo vacían de existencia. El enfoque psicopatológico se despliega dentro de este marco.

15 Cuando el experto en psicología y psiquiatría diagnostica a una persona, sustituye sus experiencias vivas por una construcción teórica que presuntamente explica e ilumina el material bruto humano. Se considera que sólo el experto que conoce a fondo estas construcciones teóricas es capaz de entender la especificidad errática de la experiencia y, por consecuencia, es el individuo autorizado para encauzarla hacia la armonía y la salud. Cuando una persona experimenta malestar o desajuste, acude al experto para que le informe lo que le sucede y lo reorganice.

Pero este no es el problema. Seguramente, la tarea de conocer la propia experiencia y asumirla, es una actividad complicada y será necesario consultar a alguien que tenga la capacidad de promover este proceso. El problema es que el experto no pretende sumergirse en la filigrana de la experiencia para comprenderla y dejarse iluminar por ella.

Por el contrario, escucha a la persona para despojarlo de su experiencia y someterlo a una teoría abstrusa. Esta teoría es otra generalidad que se autoproclama como "la verdad" para esa persona. Después de algunos minutos de consulta, la persona desaparece del espacio terapéutico y sólo queda un experto viendo en nosotros las verdades de su teoría.

El diagnóstico del experto no se interesa por las cualidades de la experiencia. Para él, las situaciones que una persona vive, con los matices y simbolismos que las construyen, carecen de importancia para comprender la circunstancia que le acontece.

Cada aspecto fenomenológico de la experiencia es insustancial por sí mismo, y sólo tiene utilidad para indicar una gran verdad que se oculta a los ojos de los legos. Esta gran verdad se presenta como la condición generadora de la experiencia y es la presunta razón que le imprime el sentido que le hace falta.

Cuando el experto llega a este conocimiento, ya puede curar o readaptar a su cliente. La verdad es única y se halla en parajes lejanos de la experiencia tales como las pulsiones, el inconsciente, los arquetipos, los esquemas, las distorsiones, las creencias y los mecanismos que desde áreas recónditas dirigen a la persona.

En los casos donde se pretende conjurar el mentalismo, se cae igualmente en otro extremo al focalizarse en contingencias ambientales o déficits y excesos cognitivos conductuales. Sea como fuere, no importa la persona ni la experiencia en que se convierte, sino "la verdad" entronizada en una generalidad teórica y en un mundo psicológico de múltiples características, que también es otra generalidad teórica, a la cual sólo los expertos pueden tener acceso.

Esta generalidad invoca un plano conceptual hacia donde se reconduce la experiencia de la persona. La experiencia es desarraigada del contexto que la co-crea y pierde su carácter de concreción, relacionalidad y singularidad, y se le transforma en abstracción, elemento autónomo y generalidad teórica. En otras palabras, la experiencia es obviada y negada y, en el mejor de los casos, es convertida en experiencia abstracta, es decir, en un dato informativo que sirve para acceder a un trasfondo esencial determinista o para articular una explicación conveniente que supuestamente aclarará la oscuridad del hecho experiencial.

En estos términos, la experiencia ya no es concebida como proceso existencial, sino como entidad sustancial, elemento aislado o componente de alguna unidad. Asimismo, se estima que cuando este dato experiencial es portador de malestar, disfuncionalidad o excentricidad revela la presencia de una falla básica o de una carencia en la persona, ya sea en su psiquismo interior o en su sistema de relación.

De esta manera, la generalidad se impone con tanta resolución que sus niveles de abstracción son tomados como hechos reales con vida propia. El planteamiento teórico pierde su carácter original de modelo conceptual explicativo, se reifica como cosa objetiva y coloca a la realidad experiencial como su manifestación más burda, escasamente consciente y limitadamente inteligente.

Así pues, la experiencia es conjurada y la generalidad impone una abstracción contundente en dos niveles:

1. Al ignorar por completo la experiencia, se desarrolla la siguiente secuencia:
 - a. La experiencia es convertida en dato informativo.
 - b. Este dato se toma como fundamento de una ulterior explicación
 - c. La experiencia desaparece al sustituirse por esta explicación.
 - d. La explicación se presenta en términos categóricos y absolutos
 - e. La explicación se reifica.
2. Al montar una razón más amplia sobre el pulso de la experiencia. Se desarrolla la siguiente secuencia:
 - a. La experiencia es considerada como la manifestación visible y sensible de un nivel operativo oculto y complejo.
 - b. Este nivel operativo causal es una condición determinante o identidad esencial que genera aquella experiencia.
 - c. La experiencia desaparece al transducirse en esencia mediante este proceso de reducción.
 - d. La condición determinante o identidad causal se reifica.

En otras palabras, para el discurso de la generalidad la experiencia es lo menos importante de la persona, y sólo es tomada en cuenta como dato duro y como expresión de una razón más fundamental. Sin embargo, para la perspectiva fenomenológica, la experiencia no sólo es lo más valioso del ser humano, sino lo que el ser humano estrictamente es.

Esta experiencia es un proceso intersubjetivo de co-construcción de la identidad. Es la realidad procesual humana que entraña un movimiento hacia adelante con una dirección situacional propia. Es el lanzamiento intencional óntico que asumimos como temporalidad y es también la ineludible facticidad ontológica. La experiencia no es la actuación remanente de un ser que nos dirige desde una interioridad romántica o desde un entorno sistémico o ambiental. El hacer de la experiencia es el ser irreductible que somos.

La experiencia es lo más concreto y específico que somos, y es lo que nos da nuestro carácter existencial único. Esta experiencia es la vida que vivimos y el mundo en donde nos hallamos. Es nuestro cuerpo y el cuerpo de los demás. Son nuestros símbolos y el mundo de nuestros significados. Es nuestra historia y la dirección hacia donde marchamos.

La experiencia es cada uno de nuestros recuerdos mentales y emocionales. Son las actitudes, las sensaciones y cada uno de nuestros movimientos. Es la comida que consumimos, el dinero que devengamos y cada uno de nuestros muertos. Es el intrincado sistema político que nos gobierna y la compleja economía de los países. Es el libro que ahora decidimos leer y la sala en donde nos encontramos sentados.

Es lo que ven nuestros ojos y lo que siente nuestro corazón cuando vemos eso que vemos. Y es, sin reserva alguna, la suposición cierta del big bang y la invocación terrible del apocalipsis. No hay nada que seamos, que esté fuera de nuestra experiencia. Porque los seres humanos no tenemos experiencias: somos experiencia.

18 Esta experiencia que somos es el mundo infinito que vivimos y que nos acoge, pero que no siempre habitamos. En su caída, el hombre arrojado al mundo se pierde a sí mismo en la cotidianidad de su existencia, frente al desafío de apropiarse de lo suyo propio, es decir, de su ser experienciante. Este ser experienciante no es una verdad teórica ni ninguna ley formal. Tampoco es una actividad lógica ni una presunción cognitiva. Es la singularidad actuante y la distinción existencial viva. Y sólo desde ahí, es preciso decirlo, el ser humano puede acceder genuinamente a las alturas más atrevidas de la generalidad, sin alienarse en ellas.

Por esto, es posible afirmar que no toda la generalidad es inapropiada sino sólo aquella que abstrae al ser humano de su experiencia mediante teorías expresadas en explicaciones, diagnósticos y clasificaciones, y que lo evalúa

desde parámetros y normas arbitrarias que se basan en intereses y criterios estadísticos. De hecho, la exploración fenomenológica también recurre a la generalidad para apuntalar la experiencia dentro del proceso de estar comprendiendo el sentido de la misma.

No podemos prescindir de la generalidad porque es una categoría del pensamiento lógico y permite el desarrollo dialéctico de las ideas. El análisis del proceso experiencial requiere de las operaciones mentales generales, además de las operaciones particulares. Los planos generales del pensamiento nos permiten reconocer los aspectos comunes de la particularidad dentro de las unidades de análisis que se examinan.

Para que la investigación fenomenológica de la experiencia sea una actividad comprensiva genuina, necesita reconocer los detalles más minuciosos y específicos de la vivencia, así como las interrelaciones generales que se entretejen en su seno.

Desde la perspectiva fenomenológica existencial, somos concreción. Frente a la facticidad y a la indeterminación de la circunstancia, el ser humano se elige, y al elegirse se concreta en el marco temporal de la posibilidad entre posibilidades. En ese instante, nos convertimos en la singularidad existencial sintiente que nos distingue.

El ser humano y el mundo se co-construyen, esto es, existen o "salen afuera", como una unidad ontológica originaria, antes de que la generalidad los separe.

La experiencia nunca es general. Por el contrario, en todo momento la existencia es particular, única, concreta e individual. Pero también es historia, proyecto y temporalidad extásica. Asimismo, la experiencia siempre es intencional porque brota del lanzamiento que apunta hacia alguna dirección, y este desplazamiento entraña necesariamente una situación específica con un lugar, un tiempo, un ángulo y una cosa particular. De este modo, nos convertimos en un mundo lanzado al mundo. Y en este "ahí" del lanzamiento, la persona munde en pos de la consecución de su ser sin poder alcanzarlo jamás. Esta imposibilidad de lograr el ser pleno es la nada que, pese a todo, no cesa de nadear, y este incesante nadeo es lo que nos convierte en posibilidad y concreción.

Por su parte, la generalidad abstrae a la experiencia de su carácter propio y la traslada a un plano representacional, de no existencia, regido por la cognición y la conceptualización. En este plano, somos transformados en cosa maciza y sólida, con trazos definidos y perdurables. Esta operación sólo es posible cuando la existencia es desarraigada de su concreción a través de su propia actividad pensante y transportada a una esfera ilusoria de estatización y separación.

En ese mismo instante dejamos de ser y nos vivimos desde lo que creemos ser, despojándonos de la posibilidad de llegar a serlo. Esto no ocurriría si dicha actividad mental brotara de la apropiación de la actuación primordial en lugar de hacerlo desde la alienación de la misma. Por eso, esta generalidad excluyente es equivalente a una preeminencia violenta del pensamiento que disipa la asunción del ser y que, por lo tanto, contribuye a la inexistencia.

Contra esto, la concreción singular es materialidad fenomenológica con inclusividad del pensamiento y de cualquier otro aspecto experiencial que la auspicie. Esta concreción es la existencia.

En resumen, la generalidad es una referencia que prescinde de la experiencia fluida y sintiente en que cada persona se co-construye como existente, y nos sitúa en la perspectiva de una especulación caprichosa. En el campo de la psicopatología, esta generalidad se puede observar con claridad en los siguientes puntos:

1. La generalidad brota cuando se homogeniza y estandariza un conjunto de experiencias cotidianas con base en criterios de evaluación que, además de ser arbitrarios, casi nunca se explicitan porque se les considera de naturaleza obvia y necesaria. Estos criterios se encargan de indicar las condiciones bajo las cuales la

experiencia puede ser calificada como apropiada o inapropiada. En este sentido, la experiencia nunca llega a ser concebida como poseedora de un carácter propio ni como perteneciente a sí misma. Tampoco se asume que la experiencia sea inteligente por sí misma ni consciente de su condición viva. La generalidad clínica de la psicología se limita a invocar una experiencia requerida de cauces, evaluaciones, direcciones ajenas, sujeciones y regulaciones externas. No se concibe a la experiencia como al "ser humano fenomenología) en sí mismo", sino como algo que está separado del ser humano y que le acontece bajo determinadas circunstancias. La generalidad psicopatológica distingue al ser humano de su experiencia y le impone patrones preestablecidos de funcionamiento para que su conformación sea "apropiada", "ideal", "buena", "sana", "funcional" o "correcta". Además de ser extraños a la experiencia, estos patrones son colocados por encima de ella.

2. La generalidad clínica también se expresa bajo la concepción de una condición causal desde la que supuestamente emana la experiencia, como si la experiencia manara efectivamente de una fuente única y prefijada con características definidas. Esta condición causal se configura como la esencia constituyente del fundamento humano que dirige y regula la totalidad de la experiencia. Sin embargo, una causalidad y una esencia con estas cualidades no son experienciables, sino meras inferencias y, por lo tanto, también son generalidades que entran de lleno en el plano de lo especulativo.

Lo curioso es que sin esta generalidad, las personas tienden a aterrarse de la singularidad única de su propia experiencia porque su diversidad les parece sumamente amenazante, peligrosa, subversiva, irreverente y anárquica.

La generalidad nos da la sensación de tranquilidad porque genera una presencia de orden, mesura, concordia y posibilidad de convivencia. Por el contrario, la singularidad total les sugiere egoísmo, ruptura, descontrol, impulsividad, irreflexión y caos. Se percibe a la singularidad concreta como a una fiera enloquecida o como a un Dionisio demente apoderado del mundo.

Empero, la singularidad es creatividad, autenticidad, libertad, exaltación del ser, aunque también es todo aquello que la persona teme y que, probablemente, también le duela o le cause vergüenza. De la misma manera, la generalidad no solamente es representativa del orden, lo apolíneo y lo racional, sino que también es mediocridad, insustancialidad, masa, nivelación, acartonamiento, olvido del ser y asfixia ontológica. En la existencia singular cabe todo, y en la generalidad abarcativa también cabe todo. Lo único que no cabe en la generalidad es la singularidad de la existencia.

La fenomenología es la comprensión única y singular, que incluye un eventual proceso de cuestionamiento, de la experiencia única y concreta que es la existencia. Esta comprensión fenomenológica es un análisis del proceso, el cual se lleva a cabo a partir de la reflexión sentida de la experiencia sintiente. Fuera de esto, todo conocimiento es mera especulación y abstracción porque no contempla la presencia de la experiencia y porque implica el manejo de generalidades conceptuales basadas en datos duros.

Incluso la ciencia rigurosa con sus diseños experimentales puros, también son una abstracción, aunque se realicen en escenarios controlados, en virtud de que se focalizan en aspectos parciales de la realidad y porque no sólo ignoran a la experiencia, sino que hacen todo lo posible por eliminarla.

Además, la elección de su diseño de experimentación, por más control que ejerza sobre las variables intervinientes, parte de un contexto de justificación que entraña una inevitable concepción del mundo, y los resultados que arroja son conclusiones generales, salvo los casos de diseño N=1, aunque estos diseños buscan la realización de réplicas para alcanzar la validez externa que les permita generalizar sus resultados a contextos más amplios.

En conclusión, cualquier intento de dictaminar la normalidad o anormalidad de la experiencia, así como su carácter funcional o disfuncional, tiene que ver con la generalidad clínica, porque estas abstracciones hacen alusión a la experiencia concreta desde una "experiencia ideal", a través de la cual la experiencia singular real es sustituida,

comparada y medida desde ella.

Esta "experiencia ideal" es el estatuto dorado que reglamenta lo bueno y lo malo, lo sano y lo enfermo, lo deseable y lo indeseable, lo que se debe curar y lo que se debe preservar. Lo último en que se repara es en la experiencia concreta y, por consecuencia, aquello que es lo más humano es olvidado por completo en aras de esta "experiencia ideal rectora"