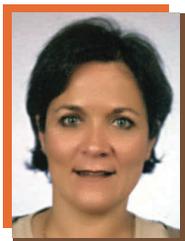


## La psicoterapia, ciencia y arte



Andrea Musso de Licht



El estudio del origen de la Psicología permite trazar sus bases como ciencia. Así, los experimentos de Wundt, en el primer laboratorio en Leipzig, las raíces que vinculan a la psicología con teorías del aprendizaje y con el condicionamiento, y las recientes conclusiones derivadas de la neuropsicología, dan fe de tal perfil.

Como ciencia, la psicología ha de regirse por un ejercicio metodológico preciso, el método científico. Las teorías han de lograr un apoyo empírico de sus propuestas. La aspiración del conocimiento psicológico ha de dirigirse hacia lograr un cuerpo sistemático de conocimiento que permita una explicación a la conducta humana.

Luego, si la meta es el estudio de la conducta humana, y uno de los objetivos es el lograr que el individuo alcance un estadio de bienestar en su vida, el ámbito de la psicoterapia cobra un valor relevante dentro de la amplia gama de áreas agrupadas bajo del rubro Psicología.

Psicoterapia: psicología que implica una aplicación de conocimientos, teóricos y empíricos, en un contexto terapéutico. El cliente (conocido como paciente) entra en un proceso de cambio, mediado este por la figura del terapeuta. El terapeuta ejerce una función científica, ya que ha de ser conocedor de la teoría y de las técnicas que son necesarias para guiar al sujeto a través del proceso que le permita alcanzar el bienestar anhelado. Esto, sin perder de perspectiva que la definición de tal bienestar parte del mismo sujeto.

Luego, el contexto terapéutico suele ser la culminación del aprendizaje del psicoterapeuta (a veces llamado psicólogo clínico): ahora entiende cómo los conocimientos adquiridos se funden con la experiencia, con las técnicas, con las diferentes maniobras que ha estudiado a lo largo de su formación. (Garantizando que todas las clases cobran sentido).

Si se retorna el título de artículo, hace falta alusión a la palabra arte. He aquí mi propuesta (nada original, pero de mi total simpatía): la psicoterapia tiene un quedo de arte. A mi ver, 50% de ciencia y 50% de arte. El rol del terapeuta clama, evidentemente, una formación académica fundamental, para lograr el ejercicio profesional. Pero falta la consideración al arte, arte que implica el cuidado del otro, el amor hacia el compromiso con la intimidad emocional de una persona que sufre, el arte de poder fundir ciencia con empatía, con un lazo o alianza emocional plena, con un desconocido... hasta ese momento.

Cuando se inicia el rol de terapeuta, es cuando nos percatamos (los psicoterapeutas) de lo importante de nuestra persona como agente de cambio (sí, somos modelo a tiempo completo), como confidente (guardamos secretos), como compañeros (seguimos el ritmo de marcha del cliente), como aliados emocionales (sufrimos y gozamos con otro, sabiendo medir tales emociones). Es aquí cuando ponemos nuestro sello, cuando imprimimos el carácter artístico a lo científico.

Nuestra primera cita con un individuo refleja nuestra esperanza de lograr ayudarlo y, a la vez, nuestra esperanza de poder hacerlo de forma eficiente, certera, científica, sin por ello ser frío, poco afectivo y lejano. La clave del éxito de muchos terapeutas se encuentra, en mi opinión, en ese "cóctel" de conocimiento y humanidad. La excelencia en la formación ha de acompañarse con la excelencia en la persona. Entonces, si sabemos ser personas con principio éticos, si sabemos guiarnos por el corazón, sin por ello perder la cabeza, y tenemos una formación académica sólida, logramos fundir el principio de de "laboratorio" con el de "campo". El campo, en este caso, la convivencia (muchas veces semanal) con el sujeto que llegamos a conocer y con el que compartimos tanto y que, tarde o temprano, hemos de ver partir.

Finalmente, la vivencia terapéutica deja una ganancia en ambas partes, ya que el cliente se siente acompañado y seguro de poder ahora emprender el vuelo solo, y los terapeutas nos sentimos plenos al haber entendido nuestra labor, nuestro servicio, en forma integral. Y es que "...Sólo se ve bien con el corazón. Lo esencial es invisible a los ojos" (El Principito, Antoine de Saint- Exupéry). Así, nuestra ciencia es, para muchos, aún ciega a la vista, a la realidad objetiva, pero, para otros tantos, perceptible en el corazón.  $\Psi$

**"La vivencia terapéutica deja una ganancia en ambas partes, ya que el cliente se siente acompañado y seguro de poder ahora emprender el vuelo solo, y los terapeutas nos sentimos plenos al haber entendido nuestra labor, nuestro servicio, en forma integral"**