

## Conferencia de cierre

### El counselling, entre responsabilidad y libre albedrío

Autor: Paolo Quattrini

#### Características que definen el trabajo del counselling

La profesión del counsellor, a diferencia de la del psicólogo, no maneja conocimientos específicos excluidos al cliente, sino que se funda en el sentido común y en la obviedad. De esta manera el counsellor no necesita poseer una autoridad especial que haga creíbles sus intervenciones. Lo fundamental es ayudar al cliente a ayudarse, de forma que quien practica la operación es el mismo cliente: el counsellor le dará una ayuda fundada en el reconocimiento de las alternativas presentes en cada situación, y en lo acompañará en la aventura de la elección, o sea en la evaluación de los costes y de los beneficios de las consecuencias. De hecho, en esta óptica, el modelo de elección justa o equivocada no tiene sentido, dado que se considera que cada elección proporciona costes y beneficios sobre los cuales la persona tiene que reflexionar, decidiendo cada vez si algo merece la pena.

Una **característica que define** el trabajo del counsellor es la de acompañar al cliente en la aventura de preguntarse cuales alternativas comportamentales tiene delante, y, dados los costes y los beneficios, *elejir* cuales caminos emprender. Las alternativas no concierne solo el contenido: de hecho, el mismo contenido puede darse en formas tan distintas que el resultado de la acción escogida cambia radicalmente. Entonces, parte del trabajo consta en desarrollar un lenguaje comportamental que no sea elemental, como generalmente es resultado de una educación fundada en el binomio justo/equivocado (o sea caracterizada por un nivel formal u absoluto de los valores),

sino en un lenguaje comportamental basado en un enfoque lógico, ético y estético relativo al contexto.

Acompañar al cliente quiere decir llamar su atención donde él no suele mirar, para permitirle observar un mayor número de hechos útiles a sus consideraciones sobre los costes y los beneficios. De esta forma, el cliente podrá ejercer su **libre albedrío** de manera responsable en relación a su vida: la toma de responsabilidad permite la transmisión del apoyo dentro de la historia de la persona, de modo que ésta pueda reconocer los lugares existenciales que habita al presente como suyos, enterándose del camino recorrido para llegar ahí.

Entre los hechos sobre los cuales el counsellor despierta la atención del cliente, hay las alternativas que generalmente se descartan automáticamente, por costumbre o sospecha o falta de coraje: en el counselling la imaginación se considera una *longa manus* de la acción, y el cliente es acompañado a través de la fantasía adentro de las opciones que no desea experimentar concretamente. El cliente podrá así descubrir, con poco esfuerzo, aspectos de su vida de los que no conoce ni costes ni beneficios, y evaluar su importancia para la economía de su existencia. De esta forma las oportunidades se expanden más allá de lo conocido, y es posible ejercer el **libre albedrío** en las direcciones señaladas por las distintas elecciones.

Obviamente cuando viene a faltar la orientación del binomio justo/equivocado, es indispensable encontrar otro tipo de brújula: a saber, el sentido del valor (lógico, ético y estético), pero siendo esto un sentido más que un significado, la orientación no es una operación que tenga que ver con el hecho de pensar, sino con el hecho de sentir. El valor se siente.

A diferencia del binomio justo/equivocado, que tiene que ver con el significado (y es de orden abstracto y aplicable a cada situación prescindiendo de su contexto específico), no se puede abstraer el sentido del valor desde el contexto: en esta óptica nada es lógico en absoluto, nada es bueno en absoluto, nada es bello en absoluto. El enfoque del counselling es radicalmente relativístico, y se mueve necesariamente adentro del marco de la intención (o sea del libre albedrío) del cliente, que busca, por su propia voluntad, algo nuevo en la experiencia de estar en el mundo.

Para realizar algo de bastante complejo es necesario tener un proyecto, y en la relación de ayuda se ayuda al cliente en la construcción de proyectos relativos a los deseos que quiera realizar: una **característica que define el trabajo del counselling** es entonces ayudar a los clientes a construir proyectos, encontrando así una salida de ese espontaneísmo romántico que no nos proporciona una vida de adultos. La construcción de proyectos requiere instrumentos de coordinamiento empezando desde la experiencia: además de la lógica, éstos son otorgados por la ética y la estética, de forma tal que una **característica que define el trabajo del counselling** es la de acompañar al cliente en el reconocimiento de las diferencias y de las preferencias que puede experimentar en relación con lo que siente.

Siendo una profesión y no una corporación, el counselling no posee exclusivamente sus características típicas, que pueden ser libremente ejercidas por otros profesionales como psicólogos, médicos, profesores, asistentes sociales etc.

Mientras que, hasta la primera adolescencia, en el plan psíquico del individuo, es posible observar un verdadero desarrollo, que interesa la psicología evolutiva, la edad adulta, en cambio, no manifiesta estrictamente fenómenos de este tipo: las personas, con el paso del tiempo, cambian, pero no como organismos que desarrollan nuevas capacidades, sino simplemente porque, viviendo y utilizando las que ya tienen, adquieren experiencias a través de las cuales mejoran su forma de moverse en su propio mundo interior, y, en consecuencia, también en el exterior.

En otras palabras el desarrollo psíquico de los adultos es relativo a la experiencia, a través de la *adaptación creativa*: a saber, la experiencia siempre se hace con los instrumentos que nos encontramos en el momento, y decir que una persona no está lo suficientemente desarrollada para poder enfrentarse a una determinada cuestión, significa que esa persona no está lista para salir triunfante de esa situación. Sin embargo el triunfo no es la única consideración en juego en la vida, ni tampoco la más importante, si así fuera nunca se harían nuevas experiencias, de las cuales obviamente no se puede prever el resultado: la experiencia, que es oportunidad de creatividad, lleva en sí misma su sentido, y no hace falta que tenga una finalidad.

Los procesos mentales pueden tomar dos caminos: el camino digital, que se mueve mecánicamente por certezas a través de hipótesis y deducciones, y el camino analógico, que procede experimentando sus productos sin conocer de antemano el resultado: si se quiere inventar algo nuevo en la vida es necesario avanzar sin certeza, el trayecto no se desarrolla solo según la programación, sino que se elige poco a poco siguiendo intuiciones imprevisibles.

Por estas razones, sería más apropiado hablar, como hace Buber, de *conversión*: esta palabra hace alusión a cambios de trayecto. Imaginémosnos de recorrer un pasillo desde una determinada altura: nos iremos encontrando con distintas puertas, conforme al itinerario elegido. Siempre es un buen momento para *convertirse*, o sea para cambiar rumbo, y no hay que esperar haber desarrollado nuevas capacidades.

Para abandonar un trayecto, en favor de otro estimado más importante, no se necesita ninguna capacidad, o sea algo que se posee, sino que se precisa virtud, en otras palabras, hacer algo soportando su precio: en este sentido Buber decía que bien y mal siempre son trayectos, y nunca sustancias. Al mismo tiempo, si decidimos avanzar en una determinada dirección, no obstante desarrollemos capacidades, no encontraremos con las puertas que están en el otro sentido, y aunque fuesen salidas deseadas, no se tendrá la oportunidad de aprovecharlas, a menos que no nos *convertamos* a la otra dirección.

Y bien, en el counselling el target es ayudar la persona a mejorar la calidad de su vida, lo que evidentemente depende de las elecciones que haga. El viejo dicho “mejor un huevo hoy, que una gallina mañana” conlleva muchas veces ventajas efímeras. Podríamos tomar el ejemplo del joven que, para ahorrarse una fatiga al presente, deja los estudios o el aprendizaje de una profesión que le resultaría muy útil en un futuro en el cual ya no sería para él tan fácil adaptarse a las dificultades del destino. *Re-elegir* una elección quiere decir cambiar trayecto, y esto puede significar hacer propio un destino de otra manera impersonal.

*Cambiar trayecto* puede ser fundamental en la vida: lamentablemente es también una de las cosas más difíciles, porque aún en situaciones que no sean verdaderamente problemáticas, generalmente

no se piensa haber tomado simplemente un trayecto, sino haberhecho “la cosa justa”, expresión perpetuamente reforzada por la cultura popular y cinematográfica. O bien se pensará haber tomado la única elección posible, lo cual, dada la falta de alternativas, tampoco es una verdadera elección.

Detrás de la idea de “hacer la cosa justa” hay una representación monística del mundo: a saber, una consideración del mundo, en línea con la concepción de alma de la tradición cristiana, como *ser*, no divisible, como unidad absoluta y estática en la cual orientarse exclusivamente con la brújula de la elección idealística entre justo y equivocado. Es esta una representación monárquica de la personalidad, identificada con un yo independiente de la autoregulación orgánica, donde solo él, como última instancia, puede tomar decisiones, que pueden ser o justas o equivocadas, a según de su orientación hacia la idea de bien.

A estas alturas del discurso, nos encontramos con el tema de la inocencia y de la culpa: lo que es importante ahora es el camino que nos lleva desde este tema al tema de la responsabilidad. Toda acción tiene sus consecuencias, aunque sean mínimas, y el enfoque de la responsabilidad vendría a ser una evaluación de los costes y de los beneficios relativos a cada elección. Sin embargo, no hay que olvidar que el alma humana es un conjunto de instancias muchas veces contradictorias, y que la vida es una serie de acontecimientos que se dan en el tiempo y que se entretajan con las consecuencias de las decisiones. Desde esta óptica existencial, costes y beneficios se entienden como lecturas de conjunto, dirigidas a una lógica de valor, y no como ópticas parciales dirigidas nomás a intereses contingentes. Claramente a protagonizar la aventura humana es, a esta altura, la responsabilidad, y en la lógica de la responsabilidad el concepto de desarrollo ocupa un lugar discutible, mientras que el de conversión opera más directamente.

A través de estos *cambios de trayecto*, el counselling procede entrando de manera siempre más profunda en la experiencia del cliente, sin perder jamás contacto con su sentir, y de esta forma la persona avanza en su mundo interno sin dejar nunca las riendas de su sentido de la vida: el camino toma así una orientación que sigue su *voluntad*: es él mismo a moverse con sus propias piernas. Avanza hasta donde *quiere*, y *quiere* hasta donde lo llevan sus necesidades y sus aspiraciones: en el

counselling es su *querer* el eje del proceso. De esta manera se pueden encontrar los recursos para ir adelante aunque falten los instrumentos, compensando las carencias con una creatividad que cubre los deficit existenciales através de verdades narrativas, que van a llenar los huecos de coherencia de sus historias.

El trabajo se orienta de esta forma hácia una búsqueda de las “sliding doors”, o sea de esos fotogramas en la película de la historia de la persona, adonde ésta haya elegido un camino encambio que otro, con una decisión que tal vez no haya sido muy consciente ni tampoco verdaderamente suya, o a lo mejor que tal vez sea revisable en el presente. En el contexto de la sesión, el cliente tiene la ocasión de *re elegir* las decisiones ya tomadas, a través de nuevas consideraciones, pasando de suscribir una actuación instintiva, a una toma de responsabilidad.

Es aquí donde se sitúa la intervención del counsellor: planteando hacer, en la sesión, experiencias que el cliente ha evitado, le permite el descubrimiento de caminos alternativos, verificando a través de la dramatización los efectos emocionales que se manifestarían.

En esta lógica la palabra conversión aparece mucho mas operacional que la palabra desarrollo: el concepto de conversión se funda en el libre albedrío del ser humano, mas bien que en sus capacidades contingentes, que no son, por definición, dependientes de su voluntad: si una persona no es capaz hay poco que hacer hasta que se vuelva capaz, y además, por varias razones, no siempre es posible adquirir las competencias que se desean. Los existencialistas dicen: “No importa los que nos toque , sino lo que hacemos con lo que nos haya tocado”, y es aquí evidente la importancia de las decisiones prescindiendo de las capacidades: gestionamos los que nos toca como podemos, lo importante no es el éxito de lo que nos haya tocado, sino el haber hecho lo que quisimos hacer, como resultado de muchas exigencias interiores que nos han presionado por dentro.