

RELATO DE UNA EXPERIENCIA DE TRABAJO DESDE LO COGNITIVO- CONDUCTUAL

Ps. Daniela Vidal

Durante el mes de Octubre de 2012 fui invitada por la Prof. Claudia Peca, docente de la Carrera de Psicopedagogía a comentar a las alumnas de esa carrera mis reflexiones acerca de una experiencia de trabajo en la que participé allá por el año 1997 y que sostuve a lo largo de 6 o 7 años aproximadamente. Se trata de una experiencia de trabajo enmarcada en los lineamientos del Cognitivismo. Dicho relato tenía el interés de ilustrar de algún modo, los contenidos que se habían trabajado al interior del espacio curricular Psicología Cognitiva del 2do año de la Carrera.

Los tratamientos cognitivos- conductuales han adquirido cierta relevancia en el último tiempo, de la mano, fundamentalmente, de las categorías diagnósticas del DSM IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders). Así, las terapias cognitivas se ofrecen junto a los tratamientos farmacológicos modernos como la manera de resolver los síndromes descritos en ese Manual de Psiquiatría. Manual que pretende unificar todas las categorías diagnósticas actuales. Así, el Cognitivismo se presenta hoy como uno de los modos de abordaje más difundidos, razón por la cual su abundante material es de fácil acceso tanto en internet como en revistas científicas. De manera que consideré importante no detenerme tanto en los aspectos teóricos de esta modalidad de trabajo, sino abrir una perspectiva en el atravesamiento de una práctica. Una práctica única y singular, que fue la mía, la que yo pude hacer, y cómo yo la pude pensar. Ya que si bien este tipo de prácticas apunta a ser mensurable, tabulable, codificable de un único modo, quien ocupa allí su lugar de terapeuta asume una posición ante eso que aplica. El terapeuta puede ser más o menos consciente de ello, saberlo o no, pero desde algún lugar piensa, mira, saca conclusiones, de eso que hace...

Pues bien, mi experiencia allí como terapeuta comienza en el momento en que soy convocada por los padres de 2 niños de 6 y 8 años, a realizar un abordaje cognitivo conductual como parte de un equipo de trabajo que conformaríamos una Psicopedagoga, una Fonoaudióloga, un Profesor de Educación Física, y yo como Psicóloga. Se trataba de 2 niños "autistas" (según el decir de sus padres), diagnóstico que se apoyaba en lo que en el DSM IV se describe bajo la denominación de TGD (Trastorno Generalizado del Desarrollo) y más específicamente TEA (Trastorno del Espectro Autista). Estos padres habían consultado por sus hijos con el Dr. Miguel Angel García Coto quien en ese entonces y aún hoy encabeza el equipo del CIDEP (Centro de Investigaciones del Desarrollo Psiconeurológico) que funciona en Buenos Aires. El CIDEP se ocupa fundamentalmente de diagnosticar, investigar y desarrollar tratamientos con la modalidad de PNC (Programas neurocognitivos) para niños con trastornos en su desarrollo. El equipo que se nos proponía conformar sería capacitado por el Dr. García Coto, quien además nos explicaría la modalidad de abordaje y cuyo Centro supervisaría nuestra tarea.

Como decía... la experiencia comenzó allí, en esa convocatoria, momento en el que empecé a pensar y elaborar mi inclusión en ese dispositivo. En lo personal, este tipo de abordaje me enfrentaba a cierta controversia. A lo largo de la carrera de Psicología, yo había recorrido distintas líneas teóricas, no sólo en las materias que la carrera proponía por entonces, sino también en cursos que realizaba por fuera de ella. Así, me había formado en Psicodiagnóstico, en Rorschach, en Recursos Humanos, en Psicología Laboral.... Sin embargo, a medida que avanzaba en la carrera, cada vez más, mi elección se fue inclinando hacia el Psicoanálisis, específicamente hacia el Psicoanálisis según la lectura de Freud que propone Lacan. Y esa era la posición teórica desde la cual pensaba por entonces mi Práctica Clínica.

Si bien, no había profundizado en mis años de formación académica sobre la Teoría Cognitiva- Conductual, sí contaba con información, que consideraba suficiente, como para pensar que no acordaba con una Práctica que por entonces entendía conductista y que por ende desconocía la existencia del Inconsciente. Sin embargo, me planteaba si mi visión de las cosas no sería pre-juiciosa, o sea un juicio anticipado... Después de todo, nunca había profundizado en ese modo de abordaje y sólo conocía sus fundamentos teóricos... En definitiva, qué quería decir esto, que había aprendido en la Facultad, de “una práctica que sólo opera sobre la conducta” y que yo escuchaba como “desconocimiento del Inconsciente”? Una Práctica así, tendría efectos de todos modos? Y esos efectos serían positivos en términos de la salud mental de esos niños? Cómo pensar el sufrimiento? Cómo pensar el conflicto? El sujeto? Esos efectos, si los hubiera, serían subjetivos? Podría ser que aún no trabajando con el fundamento de sujeto del Inconsciente hubiera allí de todos modos, efectos subjetivos...Serían nocivos tales efectos?

Pues bien, con todas estas preguntas resonando en mi cabeza, decidí hacer una apuesta. Una apuesta que supusiera poner en suspenso ese pre- juicio para poder arribar a un juicio que se fundamentara en la experiencia. Claro que la única manera que encontraba para recorrer dicha experiencia, era sosteniendo mis propias preguntas. En eso consistía la apuesta,... la “a”-puesta... Como se sabe, “a” es uno de los modos que tenemos los psicoanalistas de nombrar el enigma. Pero el enigma no es sin los significantes que lo enmarcan, en este caso mis preguntas o la concepción de sujeto desde donde me es posible pensar mi práctica, lo que supone pensarme, como terapeuta, allí.

La primera instancia de Capacitación fue llevada a cabo por el Ps. Mauro Mascotena, quien luego se convertiría en nuestro supervisor. El nos ofreció los primeros elementos para delimitar el área de trabajo: Lo superador respecto del Conductismo Clásico que nos ofrece el Cognitivismo es entender que se trata del sujeto cognitivo, el sujeto que aprende. Y se entiende que todo es aprehensible. También las emociones, los sentimientos... Los que preexisten al momento del abordaje han sido aprehendidos y nuestro objetivo será que aprehendan nuevas habilidades, nuevos sentimientos o que desaparezcan aquellos aprendizajes que se consideran estereotipados o inadecuados para el objetivo que el mismo niño persigue. Por ejemplo, si quiere servirse un vaso de agua y mueve el vaso de arriba hacia abajo, el agua cae y no logra su objetivo de tomar agua. Se tratará allí de que el movimiento de la mano, que se considera un aprendizaje inadecuado, desaparezca (“Extinguirlo”, según se lo denomina en la jerga cognitivista), o que encuentre una manera sustituta de servirse agua (por ejemplo, apoyarlo sobre la mesa, aunque la mano siga moviéndose sin sentido). Se trata entonces netamente del campo del Aprendizaje. En esa 1era. Jornada de Capacitación también se nos proveyó de lo que sería la primera programación de actividades y de un modelo de “Nota de Progreso” que sería la manera que incorporaríamos de ahí y para siempre de registrar el desarrollo de las actividades y la evolución de los chicos.

Así me introduje en una Práctica que estaba organizada del siguiente modo: Cada día los niños recibían en su casa a un terapeuta (Recordemos que éramos 4, de manera que eso ocupaba casi todos los días hábiles de la semana). Se supone que la variedad de terapeutas favorece que puedan responder a distintas personas. Durante un lapso de tiempo fijo (al comienzo fue una hora y gradualmente se fue extendiendo a dos...) el terapeuta proponía al niño una serie de actividades (pautadas de antemano) tendientes a desarrollar una habilidad. Todos los días las mismas, de manera sistemática. Cada vez, en cada actividad se evaluaba de manera precisa una serie de aspectos. Lo hacíamos basándonos en una escala establecida en 3 oportunidades: Correcto-Incorrecto-Ayuda. Lo cual quedaba registrado. El terapeuta que venía al día siguiente se basaba en esa Nota de Progreso para repetir la consigna o pasar al Paso Siguiente, lo cual ocurría cuando el niño había logrado correctamente lo que la consigna pedía. Cada paso suponía una

complejización de la tarea en alguno de sus aspectos. Por ejemplo, ordenar historias con láminas era una actividad que podía empezar con 2 o 3 láminas y llegar a 7 láminas o podía ser que no se aumentara la cantidad de láminas pero se pretendiera que relatara la historia. Siempre dependiendo del objetivo que buscábamos.

A medida que avanzábamos en los resultados las actividades se iban complejizando. Así si entre las primeras actividades aparecía por ejemplo el juego de los cubos o "Poné igual con igual", en un momento muy posterior trabajábamos con el reconocimiento del dinero, con la posibilidad que pudieran comprar.... Trabajamos muchísimo. Fue un equipo de trabajo del que tengo los mejores recuerdos. Nos reuníamos y pasábamos mucho tiempo tratando de encontrar las actividades adecuadas para cada niño. Poco a poco fuimos desarrollando una metodología propia, tanto en nuestros códigos internos, como en los modos de registrar, de evaluar. Se trata de una tarea que requiere de mucha sistematización ya que debe repetirse el estímulo siempre igual, siempre de la misma manera...

Estos niños aprendieron muchas cosas: a bañarse, a atarse los cordones, a hacerse la leche, a cocinar, a ir a comprar al supermercado... Etc. Etc. Muchos aprendizajes valiosísimos para la vida, para el autovalimiento... Y en esto yo encontraba las primeras respuestas a mis preguntas. Respuestas que me habilitaron a continuar durante tanto tiempo trabajando allí. La sensación de que estos niños encontraban en estos aprendizajes una manera de adquirir autonomía, y despegarse del Otro, de la asistencia permanente del Otro.

Ahora bien, no me pasaba lo mismo en lo referente a lo social y lo emocional. El abordaje de estos aspectos debíamos hacerlo también con programas específicos: "Programa de conversación social"; "Programa de Emociones" (enojado, asustado, contento, triste). En el trabajo con estos Programas, algo me hacía ruido, algo no me provocaba la misma satisfacción que me provocaba verlos atarse los cordones o hacer las compras. Era lo mismo enojarse que la cara de enojado? Es lo mismo la tristeza que la cara triste? Las personas cuando conversan, lo hacen todas de la misma manera? Siempre se respeta un orden? 1ro enunciar el tema, después opinar, después escuchar al otro... Si se integraban a la escuela, Por qué tenía que conversar? Y si no tenía ganas? Y si quería permanecer todo el tiempo callado? O si por el contrario, quería hablar todo el tiempo y no escuchar al otro? Por qué había que reglar eso? Y las frases repetidas de modo continuo por qué había que extinguirlas? No respondían a algo? Por qué dice eso? Qué querrá decir con eso? "La nena blanca", "la nena blanca", "la nena blanca"...

Claramente, en estas preguntas que yo me hacía subyacía mi concepción de sujeto. Yo suponía allí un sujeto que desea cuyo actuar no está desconectado de eso. Un sujeto de deseo. Extinguiendo el gesto, el actuar, la frase inadecuada, no estaba yo desautorizando su deseo, sus ganas...? No estaba montándole un aparato útil para "parecer normal" pero donde él ya no estaba? Y no es que crea que "parecer normal" no tiene su importancia, puede tenerla. En algún sentido hasta puede favorecerlo... pero y él? Dónde está? Es allí donde empezó a encontrar asidero esta fórmula que de la Facultad traía asociada al Conductismo: "Se trata de operar sobre lo Observable" y que yo leía como desconocimiento del Inconciente. Allí empezaba a encontrar cuál era la incidencia en el sujeto de tal desconocimiento. Fue allí donde cada vez se me volvió más patente que yo no podía seguir sosteniendo este trabajo...

No fue fácil para mí tomar esa decisión. Eran muchos años de trabajo en un equipo que había crecido como equipo, que nos entendíamos. Los padres estaban muy conformes con nosotros y en lo personal me sentía reconocida por ellos. También el supervisor Mauro Mascotena, que por entonces ya no trabajaba para el CIDEP sino que dirigía la Escuela Terapéutica para niños

con este tipo de trastornos que funciona en el FLENI en el CETNA (Centro Educativo Terapéutico para Niños y Adolescentes) valoraba mucho nuestro trabajo, incluso nos estimulaba a tomar nuevos casos, de hecho, recibimos derivaciones de FLENI por este motivo. El trabajo que Mauro Mascotena hizo con nosotros guarda para mí mucho respeto. El tuvo la apertura suficiente para escuchar mis controversias, para discutir con mucha altura conmigo e incluso para intentar incluir dentro del Programa algún espacio donde yo pudiera escuchar libremente a los chicos, intervenir, sacar mis propias conclusiones... Y así lo intenté en algún momento. Pero ello no podía sustituir al espacio transferencial que yo entendía esos niños, ya adolescentes, necesitaban para expresarse. Un espacio así iba exactamente a contrapelo del resto del programa. Con lo cual implicaba trabajar en una dirección y a renglón seguido justamente en la dirección opuesta.

Retomo lo que decía al comienzo... El sujeto que uno es allí como terapeuta no puede quedar afuera. Es con eso con lo que uno trabaja. El sujeto que somos como psicólogos, como analistas, como terapeutas, como psicopedagogos... pero incluso como docentes, como médicos, como comerciantes, no está por fuera de la actividad que hacemos, cómo la pensamos, cuánto creemos en ella. Uno sí puede desconocerlo, pero al desconocerlo uno desconoce también qué incidencia ello tiene en el otro. En muchas actividades quizás esa incidencia sea sin consecuencias, pero cuando se trata de la salud mental, quien nos consulta necesita que calculemos ese riesgo, más allá aún de lo que conscientemente ese consultante puede advertir en su propio pedido. Con lo cual los profesionales Psi no podemos hacernos los ingenuos con eso, sólo porque es más cómodo y confortable aplicar una técnica y cobrar por eso que pensarse uno allí.

Ni más ni menos se trata de la ética, al menos como yo la entiendo...

Resolví entonces tener una entrevista con los padres para plantear mi posición y las razones por las cuales yo no podía continuar trabajando en ese dispositivo, ofreciéndoles también mi lectura sobre las necesidades subjetivas de cada uno de sus hijos. Les propuse también, la alternativa de que, conjuntamente con el entrenamiento de hábitos, pudieran iniciar un trabajo psicoanalítico conmigo o con algún otro analista que ellos pudieran elegir. En los mismos términos comuniqué mi decisión a mis compañeros de equipo y al supervisor.

Así concluyó una rica, ardua y gratificante experiencia...que hoy, mirando atrás puedo pensar en estos términos.

Agradezco profundamente a Claudia Peca, que al recordar mis reflexiones de aquella época, haya tenido la idea de invitarme a compartir esa experiencia con sus alumnas, y al Instituto Superior de Formación Docente y Técnica N° 128, que consideró que este relato sería enriquecedor para ellos. Y lo agradezco, no solamente porque tuvieran la gentileza de invitarme, sino porque con ello me dieron la oportunidad de abrir el baúl de los recuerdos para volver a encontrarme con aquel trabajo, con mis reflexiones de ayer, pero vistas en perspectiva...Lo cual me permite hoy a la distancia volver a transitarlo lentamente...palmo a palmo... considerar sus matices..., y valorar así cada uno de sus aspectos en su peso específico. Advierto de este modo qué importantes consecuencias tuvo aquello en mi práctica clínica de hoy y en mi crecimiento profesional y personal.

Nuevamente, muchas gracias!