

Casos clínicos en psicoterapia tomista

Stela Palmieri

1. Introducción

En esta conmemoración del 750 aniversario de la muerte de Santo Tomás, el tema "Vida terrena y vida eterna" parece, de hecho, resumir su legado. En su vida terrenal se convirtió en el hombre virtuoso y ordenado que describió, y en su vida eterna goza de la bienaventuranza que señaló como la felicidad y finalidad de la vida humana¹.

Si en la filosofía y la teología su genio y autoridad ya están probados, en psicología, la aplicación de su doctrina se ha hecho posible y generalizada en varios países, a través de la publicación y traducción de diversos autores, como Magda Arnold, Rudolf Allers, el padre Ignacio Andereggen, Zelmira Seligmann, Patricia Schell, Martín Echavarría, entre otros.

Dando un paso más allá, estos mismos profesores, aunando esfuerzos con otros psicólogos, se proponen demostrar cómo es posible y fructífero experimentar una psicoterapia tomista, es decir, la práctica clínica basada en la psicología tomista.

Mientras que "toda psicología digna de este nombre debe fundarse en un adecuado conocimiento de la naturaleza humana, del sujeto concreto que quiere ayudar y conocer"², la psicoterapia tomista se basa en la antropología desarrollada por santo Tomás de Aquino, especialmente en las partes I y II de la *Suma Teológica*. Corresponde al profesional, por tanto, conocer cuáles son las facultades del alma humana, cómo actúa cada una de ellas cuando están en pleno funcionamiento, y qué remedios se deben aplicar cuando algo no va bien.

A partir de la naturaleza humana, la psicología tomista también arroja luz sobre cuál es el propósito del ser humano: la felicidad plena, que solo se alcanzará en la vida eterna. En esta vida, sin embargo, existe una felicidad posible, que el psicólogo debe, con misericordia y paciencia, ayudar al paciente a alcanzar, iluminándole el camino del ordenamiento de las pasiones, la práctica de las virtudes, la educación de la voluntad y la soberanía de la inteligencia.

Una vez establecido el principio y el fin, la psicoterapia tomista deja al profesional la libertad de elegir, según su sensibilidad y prudencia, qué intervenciones son adecuadas para cada paciente en particular, considerando factores como la edad, las dificultades, los gustos y los conocimientos previos de cada uno. En otras palabras, el terapeuta debe esforzarse por

¹ Summa Theologica, I-II, q. 1, a.8.

² Andereggen, I. Santo Tomás de Aquino, psicólogo [en línea]. Sapientia. 1999, 54(205) Disponible en: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/12667>

"traducir" el pensamiento de santo Tomás de tal manera que lo haga más agradable, comprensible y aplicable, sin perder de ninguna manera su veracidad y su forma original.

Con el fin de demostrar cómo se podrían realizar tales aplicaciones, se describirán algunas intervenciones realizadas en un contexto clínico. Se trata de pacientes de diferentes edades, brasileños, en atención presencial. Sus nombres e información de identificación han sido cambiados u omitidos, con el fin de mantener la confidencialidad.

Teniendo en cuenta la complejidad de la atención psicológica, solo se describirán fragmentos de todo el proceso psicoterapéutico. En este sentido, tampoco se abordarán las particularidades psiquiátricas de cada caso, como los diagnósticos y las condiciones de medicación, aunque no se han descuidado.

2. Caso Clínico Eliana - Psicoterapia tomista en la infancia

Eliana es una paciente de 12 años, que inició el tratamiento cuando tenía 10 años. Su estado era de ánimo decaído, poca interacción y comunicación con todos.

Su madre buscó ayuda debido a los conflictos excesivos entre madre e hija, desobediencia de ella en órdenes simples, en el cumplimiento de las tareas de la casa y escolares. En estas peleas, según la madre, su hija respondía con un comportamiento agresivo.

2.1. Intervención: ¿Cómo funciona la voluntad?

Un año después del inicio de su seguimiento psicológico, los conflictos con su madre ya habían disminuido y su estado de ánimo era estable. Entonces la paciente puso en primer plano la lucha interna de todo ser humano, resumida por san Pablo desde su propia experiencia profunda: "No hago el bien que quiero, sino el mal que no quiero"³.

En el caso de Eliana, su lucha por hacer el bien y evitar el mal tuvo temas coherentes para una niña de 10 años, que se expresaron de la siguiente manera: "tengo que estudiar para el examen, pero más me gusta dibujar"; "Mi madre me prohibió jugar videojuegos, pero es muy divertido"; "Mi madre ya ha dicho que no puedo ver esta serie de televisión, pero me gusta verla".

³ SANTA BIBLIA. Traducido por la CNBB. São Paulo: Editora CNBB, 2008. Romanos, 7:19.

Este conflicto es muy frecuente en los consultorios psicológicos, porque "todas las potencias del alma permanecen en cierto modo privadas del mismo orden por el cual están naturalmente ordenadas a la virtud. Es esta indigencia la que se dice que está herida por la naturaleza"⁴. Además, la conciencia moral, "que le dice [al hombre] si una acción es buena o mala, y por lo tanto si su deber es realizarla o evitarla"⁵, es una brújula interior indestructible que a menudo lleva al paciente a buscar ayuda.

En el caso de Eliana, si bien esta exigencia le causaba inquietud, era evidente que no tenía claro lo que sucedía en su interior. Entonces, su queja fue una oportunidad para enseñarle algo que no llegaría a conocer de ninguna otra manera, en su contexto actual: algunas partes del alma y cómo se relacionan.

Luego, se utilizó un recurso lúdico y didáctico para explicar la relación entre la inteligencia, la voluntad y las pasiones del alma, que en ese momento se llamaban emociones, para facilitar su comprensión.

Se utilizaron tres bolígrafos, en posición horizontal, alineados verticalmente. La primera (superior) era la inteligencia, que se describía como "racionalidad, nuestro 'cerebro', nuestra 'cabeza', que nos muestra lo que está bien y lo que está mal y nos hace entender las cosas". El intermediario era la voluntad, "que es lo que nos hace elegir algo". Y la otra eran las emociones, "que quieren ser satisfechas, es decir, quieren que busquemos lo más placentero y escapemos de lo que es más difícil".

Orientando los tres bolígrafos hacia el mismo lado, se le explicó que lo mejor sería que siempre estuvieran así, apuntando en la misma dirección, lo cual es bueno, o lo mejor posible en esa circunstancia particular. En otras palabras, dentro de un ser humano ordenado, las pasiones desean y la voluntad elige el bien que la inteligencia les ha señalado.

En general, cuando hay un conflicto, la inteligencia apunta a un bien mayor, pero más difícil de alcanzar, y las pasiones apuntan a un bien menor, pero más atractivo y fácil de obtener. En esta situación, tenemos el bolígrafo superior mirando hacia la derecha y el lápiz inferior mirando hacia la izquierda. La voluntad (bolígrafo del medio), entonces, sigue girando de un lado a otro, confusa, sin saber a quién seguir. Cuando Eliana pensaba en lo que debía hacer, aunque fuera por unos segundos, era este duelo el que estaba presenciando.

⁴ Summa Theologica, I-II, q. 83, a.3.

⁵ Mondin, Battista. *Diccionario enciclopédico del pensamiento de santo Tomás de Aquino*. Ediciones Loyola. São Paulo, SP. Año 2023. p. 138.

El problema es que, muchas veces, Eliana elegía lo que le daba más placer o lo que le requería menos esfuerzo.

En ese momento, la voluntad eligió una dirección opuesta a la que la inteligencia había mostrado, en favor de las pasiones. Esta elección tiene consecuencias notables: al principio, una cierta alegría y placer; poco tiempo después, como la propia Eliana relató, llegó el "peso sobre su conciencia", que la hizo confesar todo a su madre, quien se enojó, peleó con ella y la castigó. En otras palabras: fue una mala elección, porque ese pequeño bien iba acompañado de grandes consecuencias negativas.

Se enfatizó que dibujar, descansar, ver la televisión y jugar videojuegos no son males en sí mismos, pero cuando Eliana decidió hacer estas actividades, estaban fuera de lugar, porque había cosas más importantes o urgentes que tenía que hacer. Por lo tanto, dominar las pasiones es un paso necesario para hacer el bien debido.

2.2. Intervención: ¿Cómo funciona la inteligencia?

En un tercer momento, al tocar el tema de la escuela, que es un tema central en la vida de un niño, Eliana hizo una pregunta muy común a los niños y adolescentes: "¿Por qué tengo que aprender varias cosas que nunca volveré a usar?". En esta cuestión se contiene una visión utilitarista del conocimiento y, en consecuencia, de los actos de la inteligencia. Esta visión está limitada, pues "al hombre [le es posible] llegar al conocimiento de los individuos y, sobre todo, de las personas, más allá de su utilidad. [...] El hombre [...] es capaz de trascender el reino de lo inmediato y de contemplar la realidad en su esencia"⁶.

Para ayudarla a comprender mejor de lo que es capaz la inteligencia, se hizo un dibujo para explicar la relación entre la inteligencia y la verdad.

Se inició con un pequeño círculo, que representaba la facultad de la inteligencia. A su alrededor, pequeñas bolas, que representaban las verdades que ella podía entender. Algunos ejemplos simples podrían ser " $2 + 2 = 4$ "; "Los perros son mamíferos", "Se hicieron sillas para sentarse sobre ellas". A medida que la inteligencia de la persona "absorbe" estas verdades, estas se vuelven "dentro de él", es decir, dentro del círculo, y el diámetro de la circunferencia aumenta, entrando en contacto con más y más verdades.

Ya de niña, Eliana fue capaz de responder correctamente a la pregunta con la respuesta ya sabida por todos "¿Qué es mejor: ser más inteligente o menos inteligente?". Ante

⁶ Echavarría, Martín. La Praxis de la Psicología y sus niveles epistemológicos según santo Tomás de Aquino. São Paulo: CDB, 2006. p. 151.

la respuesta afirmativa, se concluyó esta dinámica, ya que se demostró que el logro del conocimiento a partir de la comprensión de las verdades es un bien en sí mismo, ya que perfecciona la inteligencia, que es la facultad más elevada del alma humana, la que la caracteriza principalmente.

3. Caso clínico Isabela - Psicoterapia tomista en la adolescencia

Isabela es una adolescente de 16 años. Comenzó su tratamiento cuando tenía 15 años y su madre describió situaciones de: ansiedad excesiva, relacionada con las demandas escolares y las situaciones sociales; dificultades en la relación con su padre, hasta el punto de que Isabela lloraba cuando escuchaba a alguien hablar de él.

Algunos antecedentes familiares relevantes eran que su madre quedó embarazada a una edad muy temprana, y cuando Isabela tenía solo un año, su padre las abandonó a ambas y pronto formó otra familia. Además, concertaba visitas con ella y no aparecía, no la llamaba por teléfono y no pagaba la pensión alimentaria, hasta el punto de que su madre tuvo que acudir a los juzgados para conseguirla.

El estado inicial de Isabela era de ánimo deprimido y ansioso, comportamiento evasivo; a menudo se negaba a hablar de temas importantes con respuestas como "no sé" y "lo que sea". A pesar de respetar los límites del paciente, es importante identificar que este comportamiento indica dolor psíquico que necesita cuidados.

3.1. Intervención: Psicorreeducación⁷ de conceptos erróneos

En su adolescencia, un tema muy común en su vida cotidiana es el de las relaciones afectivas con chicos de su edad. Cuando Isabela sacaba el tema, su postura siempre fue de rechazo.

Es importante señalar que este distanciamiento, que para muchos padres y psicólogos puede ser visto como un triunfo, en el caso de esta paciente, fue claramente una malformación de la afectividad, y no una práctica de la virtud de la castidad, por ejemplo.

Esta deformidad en su percepción se hace evidente cuando, en una sesión, Isabela explica que no quería tener una relación amorosa porque "ningún hombre es bueno, todos mienten".

⁷ Abreu, Rafael de. *Introdução à Psicoterapia Tomista [Introducción a la Psicoterapia Tomista]*. Osasco: Editora Domine, 2023.

Al decir esto, demostró que tenía un concepto mal formado de lo que es un hombre (ser humano masculino) y de cómo se comportan normalmente, inicialmente causado por el mal ejemplo de su padre y fermentado por ideologías, por la ausencia de otros ejemplos positivos en su historia y por una notable limitación de la imaginación — no se le ocurría ningún ejemplo de película, serie o libro que retratara a un hombre honorable, virtuoso y bueno.

Con el fin de construir un nuevo concepto de hombre en la inteligencia de Isabela, se le propuso un camino imaginativo, en el que se le sugirió que viera la película "El método Williams", que retrata la historia de Richard Williams, padre de las tenistas Venus y Serena, y cómo su presencia fue decisiva para el éxito de sus hijas.

En la sesión posterior al visionado de la película, su primera reacción fue: "¿Existe esto? ¿Dónde encuentras uno así?" y "Es un padre muy presente, ¿verdad? Incluso sufre por sus hijas".

Al dotar a su imaginación de una nueva imagen de lo que es un hombre, se percibieron importantes efectos terapéuticos, que se extendieron a lo largo de todo su tratamiento.

El primero de ellos fue el aumento de la esperanza, que es la pasión del apetito irascible que quiere obtener un bien arduo, futuro y posible⁸. Para Isabela, como nunca había conocido a un hombre así, la existencia de un hombre verdaderamente bueno era imposible y, por lo tanto, no había razón para esperar que alguna vez conociera a uno o que su padre llegara a serlo.

El segundo era el favorecimiento de la virtud de la justicia, que es "el hábito según el cual uno, con constante y perpetua voluntad, da a cada uno su derecho"⁹. El padre de Isabela, sin duda, carga con el peso de muchas ausencias, pero en varios momentos la amó, y contar su historia sin estos elementos también sería un acto de injusticia y tendría tantas consecuencias negativas como no reconocer los errores de su padre.

Como consecuencia de esta intervención, la paciente se abrió a la relación con su padre y a nuevas relaciones afectivas, las cuales, a partir de este momento de la terapia, deberán ser guiadas y ordenadas, para que aprenda nociones como la intimidad, la finalidad del noviazgo y del matrimonio, la virtud de la modestia, la pureza y la castidad.

⁸ Mondin, Battista. *Diccionario enciclopédico del pensamiento de Santo Tomás de Aquino*. Ediciones Loyola. São Paulo, SP. Año 2023. p. 239.

⁹ Summa Theologica, II-II, q. 58, a. 1.

4. Caso Clínico Cristian - Psicoterapia tomista en la edad adulta

Cristian es un paciente de 27 años que está en acompañamiento hace un año y medio. Presenta algunas especificidades psiquiátricas: TDAH y depresión refractaria.

Cristian pone como razón por la que buscó terapia su objetivo de ser totalmente independiente de sus padres, pero no tenía ninguna actividad remunerada ni ningún camino concreto para lograrlo.

Además, dijo que quería tener estabilidad emocional, porque todas sus emociones llegaban como avalanchas. Al analizar cuál era el origen de esta intensidad, se observó que el paciente también pensaba de forma exagerada, es decir, la mayoría de sus cogniciones estaban impregnadas de palabras como "siempre, nunca, todo, todos, nadie, nada", por lo que su percepción del mundo y de los acontecimientos a su alrededor generaba reacciones emocionales proporcionales a sus pensamientos, pero desproporcionadas con respecto a la situación real.

Por último, tenía una autopercepción permeada por la exclusión, es decir, se sentía muy diferente a sus compañeros, concluyendo que no encajaba en ningún grupo social, incluidos amigos y familiares.

4.1. Intervención: Postura terapéutica ordenada

Entre todas las intervenciones que se realizaron a lo largo de su seguimiento, el hilo conductor de todas ellas, y que obtuvo mayores beneficios, fue el establecimiento de una relación psicólogo-paciente ordenada y normal, impregnada de sinceridad, interés, estabilidad y realismo. Esta fue una experiencia que Cristian no tuvo en ningún otro contexto de su vida.

Esta postura se desglosó en conductas objetivas, por ejemplo:

- La hora y el lugar de la sesión eran siempre los mismos, todas las semanas.
- A medida que contaba lo que sucedía, usando términos exagerados, se le pedía ejemplos, hechos que probaran esa conclusión a la que había llegado, que era el significado de los términos que estaba usando.
- Cuando sacó a relucir sus dificultades (salir de casa de sus padres, encontrar novia, lidiar con su TDAH) como si fueran la prueba de que realmente no podía hacerlo, como si fuera la única persona que estaba pasando por ello, se cuidó, antes de ayudarlo a resolverlo, de señalar que él y millones de personas más, literalmente, también pasaron por eso.

- A medida que Cristian iba consiguiendo logros en su vida, su tendencia era centrarse solo en los puntos en los que aún no había tenido éxito. Así, la postura terapéutica fue orientada para reforzar sus victorias, demostrando su capacidad de mejora.

Esta actitud generó frutos tangibles, hasta el punto de que Cristian verbalizó que no le gustaría ser dado de alta, diciendo que "es raro encontrar un lugar donde me sienta acogido y seguro".

5. Conclusión

La psicoterapia tomista ha mostrado resultados positivos en casos de pacientes de diferentes edades y demandas terapéuticas. Muchas otras intervenciones podrían haber sido mencionadas en este artículo, ya que existen múltiples formas y contextos posibles de aplicación de la psicología tomista en la práctica clínica.

A partir de esto, es necesario que los psicólogos tomistas de todo el mundo hagamos un esfuerzo por registrar dichas intervenciones y difundirlas, ya que será un inmenso bien para el campo de la Psicología en general y para cada uno de los pacientes en particular.

CASOS CLÍNICOS EN PSICOTERAPIA TOMISTA

En las últimas décadas, el estudio del pensamiento de santo Tomás en la psicología creció en número de autores y de libros publicados y traducidos. Recientemente, se ve un movimiento creciente de la aplicación de la psicología tomista, desarrollando una psicoterapia tomista. Es una práctica que lleva en consideración la naturaleza humana y su finalidad, como son descritas por el Aquinate, y que ya demuestra su eficacia. Este trabajo, tras tres casos clínicos de pacientes reales de diferentes edades y demandas terapéuticas, expone algunas intervenciones que ocurrieron a lo largo de sus procesos terapéuticos.

CURRICULUM VITAE

Stela Palmieri es psicóloga, formada en la Universidad Federal de Minas Gerais (2023). Es miembro fundador del Instituto de Psicología Tomista, en el cual está cursando la posgraduación en Psicología Tomista. Fue disertante en el II Congreso Internacional de Psicología Tomista (2024). Tiene una formación en Terapia Cognitivo-Conductual de la clínica Cognitiva-Renata Borja.

E-mail: stelarpf@gmail.com