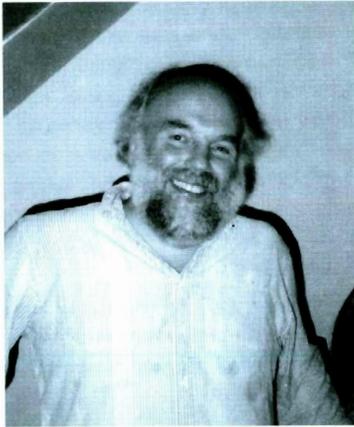


# E ntrevista con: Leslie Greenberg.

Realizada por: Carmen Mateu y Cristina Aguilar



**Leslie Greenberg es Director del Centro de Investigación del Proceso Psicoterapéutico y Profesor del Departamento de Psicología de York University en Ontario (Canadá).**

Con motivo de la publicación en castellano de su libro "Trabajar con las emociones en Psicoterapia" nos hemos dirigido a él para que nos hable de su trabajo en Psicoterapia. Estas han sido sus respuestas:

**P.-** ¿Qué te llevó a trabajar como psicoterapeuta?

**R.-** Acabé trabajando en psicoterapia porque lo que realmente me interesaba era trabajar con personas. Abandoné mi carrera como ingeniero, una vez terminada, porque aunque era bueno en matemáticas y física carecía sin embargo de la intuición necesaria para comprender aquello en lo que estaba

trabajando. Se trataba de algo que no formaba parte de mí mismo, en cambio sí tenía un gran interés y fascinación hacia lo que supusiera trabajar con el mundo interno de las personas. También sucedía que yo era una persona emocionalmente muy sensible. Mi propia familia tuvo que pasar una cantidad considerable de pérdidas, estrés y malestares, y aunque yo era el fuerte de la familia, sufrí mis propias heridas debidas también a la experiencia. De ahí que mi interés por la psicoterapia haya sido

también querer comprender mejor lo que sucedió y curarme yo mismo.

**P.-** ¿Qué podrías contarnos acerca del Centro de Investigación del Proceso Psicoterapéutico que tú diriges en York University?

**R.-** En York University estamos comprometidos en la investigación de modelos terapéuticos para problemas específicos fundamentalmente orientados en la actualidad al tratamiento de la depresión. Recogemos grabaciones tanto en vídeo como en audio de todas las sesiones, así como una gran variedad de medidas pre y post-sesión, de aspectos que van desde el grado del trastorno depresivo, hasta aspectos relacionales como la alianza terapéutica por ejemplo. Es decir aquellos aspectos que nosotros consideramos importantes para el cliente. Otros dos profesores de la facultad, Lynne Angus y Shake Toukmanian, también trabajan conmigo en dicho Centro, además un amplio número de estudiantes, aproximadamente de diez a quince, trabajan con nosotros al mismo tiempo. Yo, además personalmente superviso cerca de once estudiantes de masters y de doctorado que están llevando a cabo sus tesis allí. Los otros dos profesores tienen también otros estudiantes trabajando con ellos. Normalmente seis personas están recogiendo los datos para sus tesis doctorales mientras que cuatro lo hacen para sus masters, al mismo tiempo que un número aproximadamente similar se está preparando para recoger datos al año siguiente. Muchos de nuestros datos de hoy provienen de cerca de cien terapias que

**integrar significa, ya desde el primer momento, respetar y escuchar cada uno al otro, más que implicarse en una guerra entre escuelas. Cada orientación posee un aspecto de la verdad, una porción de lo que significa ser humano. Así es que necesitamos aprender todos de todos, y enseñar a la próxima generación a asimilar todos estos modelos diferentes.**

actualmente tenemos en nuestros archivos. Cuando estamos implementando un programa de tratamiento concreto, entonces cerca de diez terapeutas, fundamentalmente estudiantes avanzados que están haciendo sus tesis doctorales, ven a los clientes bajo mi supervisión clínica. Mientras, Lynne Angus supervisa la selección de clientes y las evaluaciones. Tenemos tres habitaciones para terapia con equipos de vídeo y audio y un centro de operaciones con diferentes salas para la transcripción y almacenamiento de vídeos, otra para las supervisiones y por último una para el coordinador del proyecto, que es un estudiante avanzado de doctorado al que se le paga con el dinero de las subvenciones.

**P.- Como tu sabes en psicoterapia existen multitud de modelos, esto hace a veces muy difícil la comunicación entre los diferentes profesionales. ¿Qué es lo que quieres decir cuando hablas de integración?**

**R.-** Creo que integrar significa, ya desde el primer momento, respetar y escuchar cada uno al otro, más que implicarse en una guerra entre escuelas. Cada orientación posee un aspecto de la verdad, una porción de lo que significa ser humano. Así es que necesitamos aprender todos de todos, y enseñar a la próxima generación a asimilar todos estos modelos diferentes. Hoy pienso que es útil o sirve de ayuda, la integración a nivel de la intervención, pero que esto no resulta tan fácil a nivel de la teoría, fundamentalmente porque a menudo ciertas ideas teóricas como que "la cognición produce emoción", resultan incompatibles con otras del tipo de "la emoción produce cognición".

Lo que necesitamos al final, es un modo de entender el funcionamiento del sistema organizado por un self dinámico, desde donde se entienda a las personas funcionando a muchos niveles diferentes y formadas por múltiples subsistemas fisiológicos, afectivos-motivacionales, cognitivos, conductuales,

sistémicos-interaccionales, culturales y biológicos. Estos nos ayudaría a la integración teórica.

---

**estudiar la emoción nos resituará en la persona como un todo, con toda la complejidad que esto supone. Hay algo demasiado real y vivo acerca de la emoción que no permitirá ser destruido o privado de significado por los análisis académicos.**

---

A nivel de la práctica puede servirnos de ayuda integrar los puntos de vista interpersonales y humanísticos sobre los procesos que se dan en la sesión en el momento, con puntos de vista psicodinámicos sobre el darse cuenta de la influencia del pasado sobre el presente, con lo conductual-cognitivo, utilizando el trabajo para casa fuera de la sesión, con puntos de vista interaccionales sobre como tratar con las interacciones de fuera y dentro de la sesión. Yo utilizo intervenciones que se focalizan en los afectos, en el darse cuenta de las creencias, en el darse cuenta de temas relacionales centrales que resultan conflictivos, en el uso de actividades de planificación cotidiana, en el aprendizaje de habilidades y en el darse cuenta de los ciclos interaccionales, en momentos donde estas intervenciones parecen ser las más útiles. Esto es lo que yo quiero decir cuando hablo de integración.

**P.- Las diferencias personales resultan difíciles de integrar, lo mismo sucede a**

**nivel de las parejas, pero como tú dices necesitamos aceptar las diferencias para poder resolver los conflictos ¿Cuál podría ser la clave para conseguir aquello que necesitamos sin caer en la dinámica perdedor-ganador?**

**R.-** Creo que como vosotras decís necesitamos ir más allá de la dinámica ganador-perdedor. Creo que una mayor comprensión de aquello que es útil: cuando, con quien, y para qué, podría llevarnos al reconocimiento de "todos tenemos algo que ganar y todos tenemos algo que es válido". Así es como el conocimiento nos liberará de la tiranía de cualquier modelo único.

**P.- En tu libro "Trabajar con las emociones en psicoterapia" afirmas que la introducción de las emociones en nuestros análisis de la realidad puede producir un cambio de paradigma. ¿Qué quieres decir con ello?**

**R.-** Creo que estudiar la emoción nos resituará en la persona como un todo, con toda la complejidad que esto supone. Hay algo demasiado real y vivo acerca de la emoción que no permitirá ser destruido o privado de significado por los análisis académicos. Esto hará más relevante a la psicología y promoverá una ciencia de la persona plena de significado porque esto exigirá que vayamos más allá de la razón únicamente para poder comprender el funcionamiento humano.

**En la tarea de esta comprensión nos sentimos cercanos al prof. Greenberg, al que agradecemos que haya compartido su tiempo con nosotras, y del que os invitamos ahora a leer la referencia de su nuevo libro junto a Sandra Paivio.**