

PSICOANÁLISIS ONTO-HUMANISTA UN NUEVO ENFOQUE PSICOTERAPÉUTICO

Claudia Cristina Behn-Eschenburg Schollenberger

THINSCEN - The Inner Strengthening Center

claudia.behn@thinscen.com

Abstract

En nuestra consulta psicoanalítica surgió la necesidad de un nuevo modelo que explicara al ser humano no de un modo general y estandarizado sino como uno que descubriera sus particularidades tanto en la salud como en sus afecciones psíquicas. Nuestra hipótesis se basó en que pudiéramos relacionar tipificaciones de personalidad con la estructura psíquica descrita por Sigmund Freud y correlacionarla tanto con los mecanismos de defensa como con las características descritas por el DSM-V. Nuestra metodología consistió en el desarrollo de diversos cuestionarios, el tratamiento psicoanalítico con pacientes y el estudio en cursos con alumnos a lo largo de 15 años. Los principales resultados fueron altamente positivos, logrando ampliar el aspecto psicodinámico al lograr descubrir el funcionamiento de 10 diferentes estructuras psíquicas, que llamamos ontotipos y comprender este funcionamiento tanto en la salud como en los casos de neurosis, trastornos de personalidad y psicosis, vinculados estos mismos directamente con los mecanismos de defensa descritos por psicoanalistas como Sigmund Freud, Anna Freud, Melanie Klein, entre otros. En la clínica comprobamos diferencias sustanciales entre diagnósticos, enfoque y tratamientos ortodoxos y los resultados terapéuticos obtenidos por la nueva realidad, la del Psicoanálisis Onto-Humanista, que rescata la legitimidad de cada paciente frente a las exigencias, expectativas y condicionamientos del exterior.

Palabras clave: ontopsiquis, ontotipo, psicoanálisis, humanismo, personalidad.

El tratamiento psicoanalítico ha sido un desafío grande, teniendo como fin ayudar y acompañar a la persona que acude a nosotros a consulta. Generalmente el paciente, cuando busca tratamiento, es porque está en un estado de crisis y buscamos, en nuestro psicoanálisis no traerle más complicaciones a su malestar como lo es un tratamiento largo y sobre todo costoso, visto en la mayoría de los tratamientos psicoanalíticos ortodoxos.

Por otra parte, surgió la necesidad de un nuevo modelo que explicara al ser humano con sus particularidades tanto en la salud como en sus afecciones psíquicas, con el fin de salir del modelo general y estandarizado, ya que se han

dado muchas confusiones en la práctica cuando se trata de averiguar qué es lo normal y qué es patológico, ya que el juicio puede convertirse en diagnóstico o viceversa.

Es por ello que hemos buscado la manera más rápida y eficaz para comprender y atender a la persona desde su singular forma de ser en su cotidiano entorno y malestar.

Integramos en nuestra teoría y praxis, que nombramos Psicoanálisis Onto-Humanista, elementos importantes tanto de otras vertientes psicológicas como de estrategias para la técnica, logrando un tratamiento más humano y justo para la medida del paciente. En

este caso buscamos adaptarnos al paciente y no al revés, como lo dicta la práctica psicoanalítica en la que el paciente tiene que aprender y adecuarse a nuestra teoría y técnica. Lo que para unos es útil, para otros no lo es.

OntoPsiquis

A nuestro nuevo enfoque que hemos desarrollado desde el año 2003, lo hemos nombrado OntoPsiquis. Onto por las particulares generalidades del ser, y Psiquis por la estructura psíquica. Por lo tanto, hablamos de la estructura psíquica de cada ser.

Desde los griegos se ha buscado encontrar características tipológicas por cada personalidad. La psicología, la psiquiatría, el DSM-V y el psicoanálisis nos han dado muchas tipologías a través de diferentes autores, incluyendo a Sigmund Freud y Carl Gustav Jung. Otras teorías alternativas no psicológicas como el eneagrama, la cábala y la numerología, entre otras, también han contribuido con sus aportaciones.

Al integrar estas teorías hemos logrado descubrir 10 tipos específicos de personalidad esencial, por ser previa e independiente de la educación y la historia familiar, que llamamos *ontotipos* con cuyos componentes describimos a 55 diferentes combinaciones. Nuestra hipótesis buscó relacionar tipificaciones de personalidad con la estructura psíquica descrita por Sigmund Freud y descubrimos que cada *ontotipo* tiene una estructura psíquica diferente y dinámica. Con ello pudimos explicar de un modo satisfactorio las diferencias existentes entre las personas.

La importancia básica en esta nueva teoría no es tanto lo referido a las características de cada personalidad en su estado normal, ya que, en parte, ya habían sido detectadas, sino en el hecho de lograr descubrir la estructura psíquica de cada una y cómo se maneja en situaciones de salud y en estado de crisis. Para ello identificamos mecanismos de defensa y de

coping, que nosotros llamamos recursos de refugio o de recuperación, específicos por cada *ontotipo*.

Metodología

Nuestra metodología consistió en el desarrollo de diversos cuestionarios, el tratamiento psicoanalítico con pacientes y el estudio en cursos con alumnos desde el año 2003. Al utilizar nuestros cuestionarios, que hemos desarrollado y perfeccionado gradualmente, logramos detectar cuál es la verdadera necesidad de cada persona y con ello divisar su verdadero *ontotipo*, sus componentes o tendencias a una forma de actuar, sus mecanismos de defensa y de coping y su estado de salud emocional. Gracias a este procedimiento hay muy pocas probabilidades de error al dar un diagnóstico. Esta técnica junto con una entrevista nos permite ver a la persona en su estado actual, su sufrimiento y encontrar junto con él las estrategias para lograr un tratamiento profundo, breve y enfocado en la persona.

¿Cómo se maneja cada *ontotipo* y qué es lo que lo hace diferente a los otros?

El hecho de reconocer que el ser humano no responde a un molde cultural estandarizado pone en duda las generalizaciones de cualquier teoría psicodinámica, ya que no todos nos manejamos de igual manera. Lo que para unos es normal, para otros no lo es y esto cuestiona el diagnóstico que el terapeuta le impone como absoluto a su paciente.

Hay personalidades que desde su genética son sociales, otras no. Hay personalidades más tendientes a ser introvertidas y otras extrovertidas sin que esto implique una patología ni justifique un juicio de valor. Lo mismo sucede con las personalidades competitivas. Sólo tres de diez *ontotipos* son competitivos contra otros y sólo uno lo es en contra de sí mismo. Hay personalidades generosas, otras que no lo son. De la misma

manera hay personalidades tendientes a retraerse y no por eso significa que estén mal.

Entonces, la pregunta es... ¿qué significa normal y qué es lo patológico? Es una pregunta muy importante y obligada para no correr el riesgo de juzgar y/o diagnosticar, ya que ese tipo de declaración habilita el inicio de tratamiento e incluso, para algunos, la administración de medicación.

¿Cuántas veces no hemos tenido en la consulta pacientes que han sido diagnosticados como depresivos cuando simplemente están pasando por un duelo normal o personas diagnosticadas con el síndrome de Asperger cuando las características descritas son aquellas de un tipo de personalidad en su estado normal? Pacientes que han sido tratados por depresión durante años, cuando en realidad se trataba de un trastorno por déficit de atención y de esos hay muchos ejemplos más.

Es importante señalar que existe una determinación genética de cada personalidad y que cada una tiene características típicas desde la salud hasta la patología. No todos se enferman de lo mismo, sino de aquello que se halla en su constitución.

Cada tipo de personalidad esencial tiene una necesidad primaria diferente que lo va a caracterizar por el resto de su vida y que lo va a motivar para lograr su satisfacción. Estas necesidades son:

- A. Ser perfecto
- B. Sentirse amado, querido y necesitado
- C. Sentirse valorado y reconocido
- D. Tener identidad siendo auténticamente uno mismo
- E. Saberse capaz
- F. Tener seguridad
- G. Tener estabilidad y todo bajo control
- H. Ser feliz
- I. Sentirse fuerte y poderoso
- J. Tener paz y armonía.

Con el fin de satisfacer la necesidad primaria, la persona, inconscientemente, desarrolla una creencia limitante esencial que lo llevará a construir una regla básica que guiará y sostendrá sus acciones hasta el momento de hacer consciencia de ello. Basado en su estructura psíquica y a consecuencia de esta dinámica, en una situación de crisis que lo exige más allá de lo que inconscientemente cree poder, perderá su equilibrio emocional y utilizará mecanismos de defensa propios de su personalidad. El hacer uso excesivo de ellos debilitará su salud psíquica conduciéndolo a trastornos patológicos, sean estos neuróticos, de personalidad o psicosis.

Por lo tanto, es el manejo emocional inconsciente ante las situaciones de crisis lo que lo desequilibra y lo llevan desde la salud a la patología, dependiendo de su constitución genética.

A continuación, quisiera presentar una pequeña muestra resumida de cómo se maneja cada personalidad para comprender su trayectoria desde la salud hasta la patología.

Ontotipos

Ontotipo A - Educador. Tiene estructura superyoica, busca ser perfecto. Este tipo de personalidad en su estado normal es ordenado, organizado, puntual, disciplinado y pulcro. Tiene una misión de vida y busca hacer de éste un mundo mejor, siendo y considerándose a sí mismo el ejemplo a seguir. Su creencia limitante esencial radica en que cree que será perfecto si se controla y para ello crea la regla básica que le dicta que debe reprimir sus impulsos para poder controlarse. Por medio de la represión y la anulación, al tornarse rígido se vuelve más y más neurótico, conduciéndose desde lo obsesivo hacia lo obsesivo compulsivo.

Ontotipo B - Consejero. Le importa el exterior, busca ser amado, querido y necesitado. Es amoroso, seductor y hace todo

para ser elegido. Se crea una creencia limitante esencial acerca de que será amado si se dedica a los demás; por lo que su regla básica consiste en que se sacrificará y será servicial. Para lograrlo utiliza los mecanismos de defensa de formación reactiva y conversión que lo llevan a presentar síntomas histéricos y a acentuar sus características histriónicas respectivamente.

Ontotipo C - Modelo. También se rige por el exterior, necesita ser valorado. Dedicar su vida a destacar y triunfar buscando el éxito en todo lo que hace y siendo altamente competitivo. Su creencia limitante esencial lo convence de que será valorado por lo que hace y tiene. Para ello, se crea una regla básica en la que tendrá que ser el mejor. Con este fin, utiliza idealización y devaluación que lo llevan a estados narcisistas, e incluso hacia la megalomanía si recurre inconscientemente a la idealización primitiva como mecanismo de defensa. Lacan teorizó en detalle sobre estos temas.

Ontotipo D - Especial. Marcado por sus impulsos del Ello, busca tener identidad siendo auténticamente él mismo, por lo que necesita sentirse escuchado y tomado en cuenta. Es altamente sensible, creativo e introspectivo, sintiendo que no encaja en la sociedad. Su creencia limitante esencial le dicta que tendrá identidad cuando se conozca y, con este fin, se crea una regla básica en la que tiene que ahondar en su mundo interior lo que lo llevará cada vez más a retraerse y regresionarse, volviéndose melancólico y volcando aquello desagradable del exterior contra su propia persona, encaminándolo hacia la depresión.

Ontotipo E - Explorador. Tiene estructura superyoica; en su necesidad de sentirse capaz, es el tipo intelectual, racional y cerebral que sabe separar sistemática y claramente el pensamiento del sentimiento, dejando a un lado lo emocional. Su creencia limitante esencial le indica que tiene que especializarse en algo; se crea una regla básica acerca de que

para especializarse debe desconectarse del medio, por lo que intelectualiza y racionaliza, teniendo cada vez más rasgos esquizoides. Al utilizar el mecanismo de la despersonalización y la desafectivización puede llegar a tener características esquizotípicas y, en un estado más grave, utilizando el mecanismo de la fragmentación, incluso llegar a la esquizofrenia.

Ontotipo F - Leal. La seguridad es la necesidad primaria del Leal, quien tiene estructura superyoica. Es el tipo fiel y leal, generalmente preocupado por el futuro quien suele dudar de sí mismo y a quien se le dificulta tomar decisiones. Su creencia limitante esencial lo convence de que tendrá seguridad si tiene claras directrices, por lo que busca ser guiado. Al utilizar el mecanismo de introyección se vuelve masoquista y al utilizar mecanismos de defensa como el desplazamiento y la evitación empieza a tener rasgos fóbicos. El uso de la introyección primitiva masiva puede llevarlo a la hipocondría.

Ontotipo G - Escéptico. Teniendo una estructura superyoica, es el que precisa tener estabilidad y el escéptico natural, desconfiado, meticuloso, perfeccionista, sarcástico y que, como un buen detective, sabe muy bien detectar las debilidades y fortalezas de otros para usarlas estratégicamente a su favor. Su creencia limitante esencial le hace pensar que encontrará la estabilidad si tiene todo bajo control, por lo que busca, con este fin, manipular y desestabilizar a los demás. Su mecanismo de defensa consiste en proyectar en los demás, lo que lo vuelve inestable y antisocial. Al utilizar el mecanismo de defensa de identificación proyectiva se vuelve paranoide llegando a la paranoia si este mecanismo se vuelve masivo. Melanie Klein fue quien describió en profundidad estos mecanismos.

Ontotipo H - Hiperactivo. Regido por el exterior necesita ser feliz y estar en actividad

constante. Es el animador, optimista y aventurero que busca mantener su mente constantemente ocupada para sentirse entretenido. Su creencia limitante esencial se organiza en torno a que será feliz si evita el displacer, por lo que se crea una regla básica de que debe estar siempre avanzando, entretenido y divertido. Al utilizar el mecanismo de defensa de la evitación empieza a tener rasgos ciclotímicos y con el de negación omnipotente, hipomaniacos. Al utilizar la idealización omnipotente puede perder el sentido de realidad llegando a la manía. Este *ontotipo* puede confundirse con aquel que tiene trastorno por déficit de atención e hiperactividad, ya que hablamos de un tipo genéticamente constituido y no de un trastorno neurológico.

Ontotipo I - Territorial. Tener poder es su necesidad primaria, quien está regido por sus impulsos. Es el líder natural, proveedor y protector que rige su propia ley. Su creencia limitante esencial lo sostiene en que tendrá poder si evita sentirse vulnerable. Para ello se crea una regla básica que consiste en crearse una coraza e intimidar a los demás. Por medio del mecanismo de grandiosidad se vuelve beligerante y, al utilizar la omnipotencia primitiva, se vuelve omnipotente.

Ontotipo J - Armonizador. Marcado por el Ello, busca tener paz y armonía. Es el conciliador paciente que se adapta y acomoda a las necesidades de los demás buscando siempre su calma y bienestar. Tiene la creencia limitante esencial acerca de que, para encontrar la armonía y la paz, debe evitar los conflictos y para ello, como regla básica, tiene que desaparecer. Para lograrlo, utiliza los mecanismos de defensa de negación y minimización, volviéndose pasivo-agresivo y los de desconexión y psicopatización, que lo vuelven dependiente.

Tratamiento

La técnica para lograr salud mental en cada *ontotipo* es identificar esas necesidades primarias y resignificarlas a partir de una nueva forma de ver su vida y hacer consciente tanto su creencia limitante esencial como aquella regla básica que había utilizado, encontrando así recursos natos que tiene para hacer frente a su auténtico ser.

Al poder descubrir el *ontotipo* del paciente logramos construir un puente hacia su cosmovisión, es decir, su específica manera de ver el mundo y de interpretarlo, logrando con ello conectar empáticamente con su sentir, pensar y actuar. A través de esta metodología podemos enfocar su conflicto y acompañarlo, por medio de la interpretación, hacia la integración de su Yo, ganando salud mental y emocional. De la misma manera, este mismo puede descubrir la razón por la cual ha perdido el equilibrio emocional y psíquico y tenido que utilizar sus mecanismos de defensa.

Al mismo tiempo, en el camino hacia su salud, encuentra la claridad suficiente de saber y comprender quién es quién entre aquellas personas que lo rodean en su vida cotidiana, pudiendo relacionarse de una manera más saludable. Todo esto en un encuadre frente a frente, en el cual el tratamiento generalmente es de una hora o dos, de ser necesario, por semana, buscando no solo los porqués sino también los para qué en un diálogo psicoanalista-paciente en el que la premisa es que, así como las relaciones pueden contribuir a debilitarlo o dañarlo, en el consultorio lo pueden fortalecer o curar cuando el vínculo es humano y la recepción de cada quien es legítima.

Conclusión

En nuestra clínica pudimos comprobar diferencias sustanciales entre diagnósticos, enfoques y tratamientos ortodoxos y los resultados terapéuticos obtenidos por el Psicoanálisis Onto-Humanista, el cual rescata la singularidad de cada paciente.

La importancia de salir de la estandarización del ser humano es imperiosa si queremos comprender y tratar de manera adecuada a nuestros pacientes, quienes tienen, a su vez, que lidiar con las exigencias, expectativas y condicionamientos del exterior.

El promedio de la duración del tratamiento ha sido menor a la de un año con resultados óptimos. Los pacientes no sólo salen fortalecidos, teniendo una clara visión de sí mismos y de lo que verdaderamente quieren, necesitan y desean, sino que encuentran claridad en su particular forma de ser. A su vez, fortalecen su individualidad al identificar y reconocer quién es quién en su entorno, encontrando una manera más sana y digna de relacionarse con cada uno.

El haber integrado Ontopsiquis en nuestro Psicoanálisis Onto-Humanista nos permitió ver a la persona en su totalidad y lograr que el paciente encuentre el permiso de ser él mismo, descubrirse en su natural manera de ser y de ampliar su potencial y sus recursos tanto internos como externos para vivir con mayor calidad de vida.

Referencias

Santoro, Aníbal P., Behn-Eschenburg, Claudia C. (2019). OntoPsiquis - Más allá del eneagrama y el psicoanálisis - Tomo I – La esencia de tu ser. Florida, USA: THINSCEN - The Inner Strengthening Center.

Santoro, Aníbal P., Behn-Eschenburg, Claudia C. (2019). OntoPsiquis - Más allá del eneagrama y el psicoanálisis - Tomo II – Tus fortalezas dinámicas. Florida, USA: THINSCEN - The Inner Strengthening Center.