

FICHA TÉCNICA.

AUTORES: Juan José Ruiz, Úrsula E. Orbest y Antonio M. Quesada.

TÍTULO: Estilos de vida. El sentido y el equilibrio en la psicología de Alfred Adler.

EDITORIAL: Paidós. (Colección saberes cotidianos)

PÁGINAS: 211.

FORMATO: 21 x 14.

RECENSIÓN

En esta obra, los autores hacen un excelente trabajo de síntesis y didáctica de algunos de los aspectos más importantes de la obra de Alfred Adler, además en su propuesta teórica hay una constante aplicatividad práctica de los presupuestos de la psicología individual. Esta conjunción de factores es muy importante para que el lector tenga la oportunidad de reflexionar sobre algunas facetas profundas de sí mismo, para el profesional a su vez es interesante al aportarle material de reflexión para sus hipótesis clínicas.

La obra comienza con cuatro casos clínicos que empiezan a alumbrar sobre las problemáticas que se dan en las psicopatologías cotidianas de los sujetos y sobre todo en la delimitación de sus estilos de vida (cuestión a su vez que empuja a determinadas tramas comportamentales y diversas organizaciones cognitivo-afectivas). Al hilo de estos cuatro casos el libro

progresar y nos va introduciendo sobre diversos elementos técnicos de la teoría adleriana que a su vez están investidos de un carácter muy práctico y ameno.

Así los autores hacen un exhaustivo estudio sobre la definición del concepto estilo de vida y de sus factores de creación: los biológicos y los psicosociales. Entre los primeros destacan las enfermedades y el temperamento del niño, entre los psicosociales hallamos factores familiares (como el puesto entre hermanos y también el orden entre ellos, la atmósfera familiar o situación socio-económica entre otros) y el estilo educativo de los padres.

Cada uno de estos factores es explicado pormenorizadamente y nos sitúa ante muy diversas facetas del conocimiento de la gestación de los diferentes estilos de vida humanos.

Todo este trabajo es realizado para enfocar al lector hacia las posibilidades de conocer sus estilos de vida así como poder encauzarlo hacia el sentimiento de comunidad. Aquí viene, sin duda, una parte fundamental del libro pues podemos encontrar tests de evaluación de conceptos adlerianos que a menudo han sido complicados de delimitar, así nos encontramos con tests sobre el complejo de inferioridad, la vivencia de la atmósfera familiar o las prioridades vitales entre otros. Si como bien avisan los autores no es aconsejable que el lector se lo autoaplique con la intención de diagnosticarse, si constituyen herramientas de primera mano para el terapeuta en el conocimiento de su paciente, dado que tiene otros instrumentos interpretativos

que apoyado por dichos test nos pueden aportar una información muy valiosa para la ayuda del paciente.

El libro finaliza con una invitación a la reflexión de los sentimientos de inferioridad que cotidianamente nos paralizan en nuestras funciones vitales, en una clara apuesta de los autores por la superación del individuo. En definitiva constituye éste libro un provechoso material tanto para el lector profano de psicología como para el estudiante o el profesional, (sobre todo al que le atraiga la teoría adleriana) dado que dentro de su accesibilidad de lectura cada uno puede sacar provecho del libro en un grado y orientación diferentes dependiendo de sus motivaciones clínicas y vitales.

Dr. D. L. Raimundo Guerra.

Director de IPSA-Levante.