

SISTEMAS DE LA PSICOLOGÍA. MIRADA EPISTEMOLÓGICA INTRODUCTORIA

El siguiente es un resumen de la disertación presentada por el Lic. Javier Fermani en el XVIII Congreso Nacional de Psicodiagnóstico, en la ciudad de Corrientes, Argentina, el 2 de octubre de 2010

Para que podamos realizar un abordaje inicial de las diferentes perspectivas teóricas que han hecho a la historia de la ciencia psicológica, estudiaremos a las mismas en función de sus premisas epistemológicas básicas y veremos como todas ellas hacen énfasis en aspectos diferentes de una misma realidad que se busca estudiar. A estos fines, encuadraremos los sistemas psicológicos contemporáneos en 4 grupos diferenciados: las teorías elementalistas, las asociacionistas, las sistémicas, y las humanistas/estructuralistas. Más adelante veremos el aporte que nos otorga la corriente de pensamiento oriental, que complementan estas posturas y abren una perspectiva nueva sobre las mismas.

EL ENFOQUE ELEMENTALISTA

Parte de considerar el estudio de los elementos constitutivos de la realidad como entidades aisladas. Las personas somos pequeños “ladrillos” indivisibles que se suman unos a otros y crean una sociedad mayor. La sumatoria de las partes hace al todo.

Podemos decir que el origen histórico del elementalismo tiene sus raíces en la Grecia antigua, pero cobró forma sustancial con la teoría de la física clásica de Isaac Newton, que se apoyaba en la idea de que la estructura fundamental de la materia es el átomo: elementos diminutos indivisibles que se relacionan unos con otros en un movimiento de acción y reacción, atrayéndose y repeliéndose como las bolas del juego de billar. Esta idea surge de considerar el Universo una entidad material sólida e indivisible, constituida por partículas pequeñísimas no integradas, sino separadas.

Del mismo modo, la teoría newtoniana partía de entender la existencia de un Universo linealmente predecible. A cada causa sigue un efecto, de forma recta, lineal y rígida, sin posibilidad de que existan variables que rompan con esa cadena de asociaciones infinita.

En psicología, la presencia de la teoría newtoniana como paradigma sobre el que se asentaba la investigación y reflexión científica y filosófica de la modernidad generó su impacto en dos grandes corrientes teóricas fundamentalmente: el estructuralismo de Wilhelm Wundt y el psicoanálisis de Sigmund Freud.

Wundt es considerado históricamente como el primer psicólogo experimental y quien logró dar a la psicología su carácter científico, al ser el primero en instalar un laboratorio dedicado al estudio y observación de la conciencia humana, en la ciudad alemana de Liepzig, en 1879. El estructuralismo centraba sus esfuerzos en estudiar los componentes aislados del cerebro, entendiendo que cada función mental tiene su correlato orgánico en los lóbulos cerebrales. De esta forma, se estudiaba el razonamiento por un lado, las emociones por otro, como entidades independientes y con vida propia, capaces de separarse unas de otras sin influirse.

Evidentemente, los planteamientos estructuralistas no tardaron mucho en ser sustituidos por teorías más convincentes que demostraban la íntima e inevitable relación entre cada uno de los aspectos vinculados al funcionamiento psíquico.

Pero hasta que eso ocurriera, transcurrirían más de 30 años. En el ínterin, Sigmund Freud dio origen al aún respetado psicoanálisis, teoría basada en el estudio y exploración del inconsciente humano y que podríamos considerar fundada a partir de la publicación en 1896 de *Estudios sobre la histeria*, o bien en 1900 con *La interpretación de los sueños*.

A través de su célebre y compleja teoría, Freud propone un escenario de la vida psíquica caracterizado por el desarrollo prematuro del inconsciente humano como pilar fundamental de todos nuestros comportamientos. Acude al término *determinismo psíquico* para asignar el hecho de que todas nuestras acciones actuales se encuentran determinadas, de principio a fin, por un inconsciente formado a partir de pulsiones sexuales reprimidas de la infancia.

Para escándalo de su época, Freud consideró al niño como un *perverso polimorfo*, una persona que siente inclinaciones sexuales hacia su madre (en el caso del varón) o padre (en el caso de la niña) que luego son sepultadas para siempre con la prohibición del incesto, que no viene a ser otra cosa que la abrupta aparición en escena de la vida psicológica del niño de la figura del padre como quien pone límites y establece su territorio, mostrando al niño que esa mujer (su madre) no le pertenece a él y que si desea alguien similar deberá buscarla más allá de los confines del terreno familiar.

De esta manera, Freud considera que el desarrollo de cada persona se da como resultado de un proceso individual en el que la influencia de los agentes externos se encuentra subordinada por completo a cómo el inconsciente individual del sujeto va transformándose y resinificándose. El elementalismo freudiano es más sofisticado que el wundtiano y nos permite observar aspectos de la vida psicológica asociados a la individualidad, pero sin dudas descarta la existencia del afuera social como eje decisivo en el desarrollo de la personalidad.

El elementalismo analiza la realidad, la descompone en partes para su mejor estudio. Parte de considerar que cada uno de nosotros tiene una historia pasada

que nos determina y nos hace actuar de manera unívoca en un solo sentido, al que estamos encaminados sin remedio. A este fatalismo epistemológico reaccionaron las corrientes teóricas que lo siguieron.

Sin embargo, la influencia del elementalismo es fuerte en nuestra cultura. Nuestra percepción de la vida se halla impregnada de esta forma de concebirla. Cuando nos sucede algo malo, inmediatamente recurrimos a desmembrar los hechos pasados en recuerdos fragmentados, buscando nexos lógicos que los unan. Dividimos nuestra experiencia en partes para luego tratar de unirlas nuevamente.

Si un empleado de nuestra empresa no obedece a las consignas, consideramos que algo malo le sucede a él, como si fuera una isla alejada del continente. Lo culpabilizamos de su conducta, porque creemos que él es el único responsable. De hecho, muchas veces buscamos explicar por qué los otros actúan como lo hacen recurriendo a oscuras teorías sobre su pasado familiar.

Vivimos separando a las personas de toda influencia del entorno, y analizándola en función de su pasado.

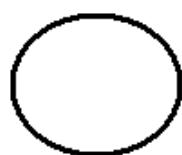
ENFOQUE ASOCIAZIONISTA

Amparado por la tesis mecanicista que fundamenta el elementalismo, el asociacionismo nace como una reacción en contrario a este, aunque conserve sus propiedades básicas intactas.

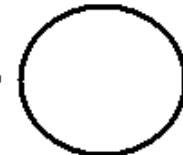
Propone el modelo de estímulo – respuesta: Estamos condicionados por el entorno a actuar de una determinada manera. No importa si la mente humana existe o no, nos basta con saber qué tipo de respuesta puede ser alentada por qué tipo de estímulo, para entonces presentar los estímulos que deseamos para obtener las respuestas que deseamos.

Invierte el orden del elementalismo, y pone todo el énfasis no en la persona y su pasado, sino en el entorno. La persona es un juguete sin capacidad de decisión

AGENTE EMISOR



AGENTE RECEPTOR



propia y condenada a seguir reglas externas. El **conductismo** es una teoría asociacionista.

En muchas empresas se observa un estilo de pensamiento asociacionista. Por ejemplo, en la política de otorgar comisiones a los vendedores: El estímulo de la paga mayor opera como refuerzo de una respuesta, la venta mayor. Si otorgo más comisiones, obtengo la respuesta que deseo, más ventas.

Esto ha demostrado no ser acertado en la práctica. No somos máquinas a las que reforzar con estímulos, somos seres que pensamos y sentimos.

El conductismo, al igual que la **Reflexología** en Rusia, parte de asumir como natural el hecho de que cada persona nace como una tabla rasa, sin conocimientos heredados, y que va acumulándolos en función de los estímulos externos a los que es sometida.

Paradigma tradicional: puntos comunes y críticas

Tanto el elementalismo como el asociacionismo parten de la misma tesis: El ser humano no existe como ser capaz de pensar y sentir libremente.

Ya sea determinado por un inconsciente que lo conduce sin remedio a repetir el mismo síntoma, una y otra vez, como determinado por un entorno manipulador, la persona se asemeja a una máquina que no tiene sentimientos ni decisiones que tomar.

El nuevo paradigma se nutre de una visión más amplia y orgánica. Incluye el existencialismo y la fenomenología, la física cuántica, la teoría de la relatividad, y la teoría del campo psicológico. Finalmente, incluye la Dinámica de sistemas y la Gestalt.

Incluye la idea de que somos seres relationales y en situación, condicionados por un contexto y condicionantes del contexto.

Sin embargo, somos parte de un sistema mayor que nos envuelve. No estamos “con” el mundo, sino “en” el mundo. Sufrimos la constante influencia de múltiples factores ajenos a nuestra voluntad: el clima, el estado de ánimo de otros, la economía del país, eventos futuros que nos preocupan, etc. ¿Podemos separarnos de esa influencia?

No. Por lo tanto, no somos islas separadas unas de otras con una historia que nos hace conducirnos siempre igual. De la misma forma, no somos meros títeres de otros, puesto que así como los demás nos influyen, también nosotros podemos ejercer una influencia decisiva en ellos.

LA DINÁMICA DE SISTEMAS

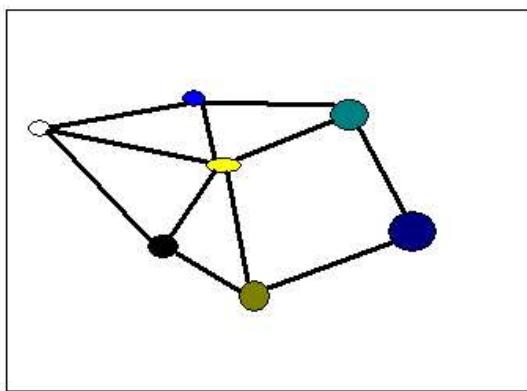
La *teoría general de los sistemas* data de los primeros años en la década del 50'. Su mentor fue el biólogo alemán Ludwig Von Bertalanffy, quien consideraba que los seres vivos son entidades demasiado complejas como para entender correctamente sus procesos naturales básicos desde la mirada simplificante del método científico positivista. Este autor fue el primero en considerar que existe una dinámica muy particular entre cada uno de los seres que nos esforzamos por observar como mundos independientes, que nace de un intercambio permanente entre cada uno de nosotros y nuestro medio ambiente. La dinámica relacional entre los seres vivos nos permite darnos cuenta de que, al nosotros intentar

estudiar a cada uno por separado, estamos obviando la influencia que están ejerciendo múltiples variables interviniéntes y que afectan el comportamiento del objeto sometido a análisis.

Tan solo una década después, Jay Forrester adapta la teoría general de los sistemas al mundo de las organizaciones, dando forma a un lenguaje desde el cual entender cómo los sistemas son entidades que se regulan por procesos de auto organización inestables, y que son absolutamente permeables a la influencia de los otros sistemas con los que se relacionan. La empresa es, al igual que un animal, una planta, o una persona, un sistema. Por lo tanto, la empresa se rige por leyes y procesos inherentes a la dinámica de sistemas. Otros autores de renombre como Peter Senge, Michael Porter, Andy Grove, y en nuestro país Roberto Serra, han extendido esta particular manera de comprender la vida a nivel mundial.

LA NATURALEZA DE LOS SISTEMAS

SISTEMA: Un sistema es un todo compuesto por partes en constante interacción. La influencia que se genera entre una parte y otra del sistema es recíproca e



inevitable, y el resultado de dichas interacciones crea lo que observamos como comportamiento del sistema total. En otras palabras, los sistemas están compuestos por partes, y depende de cómo estas se relacionen el sistema se comportará de una forma o de otra.

Es una red de relaciones infinita, en el que cada parte juega un rol, asume una posición, desde la cual afecta al sistema total, a la vez que el sistema la afecta a ella.

Un buen ejemplo para comprender esto lo aportan los equipos de fútbol. Cada jugador es un elemento dentro del sistema total. Si un jugador se encuentra dando malos pases, afecta la dinámica relacional de los demás elementos y estos no pueden desplegar su talento. Un equipo de fútbol no es la sumatoria de 11 individualidades sino la **configuración de 11 partes del sistema en una red de relaciones**.

Un sistema efectivo es el que logra optimizar la relación entre las partes, no simplemente concentrarse en optimizar el rendimiento de las partes por separado.

Siguiendo con el ejemplo del fútbol, vimos como Argentina fue goleada y dejada afuera del mundial 2010 por Alemania, justamente porque esta no supo cómo potenciar la relación entre las partes y se esmeró por hacer que cada elemento juegue su propio partido.

Maradona, un gran motivador de las partes individuales, no organizó un plan conjunto estratégico desde el cual otorgar a cada persona un rol complementario en el sistema. Consideró a sus jugadores 11 estrellas que debían rendir como lo hacían en los clubes a los que prestan servicios, obviando el hecho de que este sistema, la selección argentina, era muy diferente al sistema del Barcelona, el Chelsea, o Boca Juniors.

Por lo tanto, no se concentró en potenciar la relación entre Tevez, Verón, y Messi, por ejemplo, sino que optó por dejar que cada uno juegue cómo le saliera, considerando que la suma de grandes individualidades daría como resultado grandes victorias. Alemania, por el contrario, no contaba con partes individualidades que se caracterizaran por ser enormemente talentosas, pero sí existía un plan de juego, enfocado principalmente en mantener la circulación de la pelota entre Schwarzteiger, Ozill, y Muller a la ofensiva, y que esta se coordine de manera armónica con la labor del mediocampo y la defensa con cada paso que se daba, ya sea en función de ataque cuando el equipo tenía el balón en sus pies, o en función defensiva cuando no lo tenía.

PARTÉ: Las partes son una *configuración específica de la red de relaciones*. Cada parte adopta una posición en el sistema desde la cual percibe la realidad, viéndose influida por el todo de una manera particular al mismo tiempo que influye en el todo desde esta posición adoptada.

La adopción de este lugar en el sistema se da por la dinámica particular del sistema en sí. Cada vez que un empleado nuevo es seleccionado para ingresar a trabajar en una empresa, ingresa en una red de relaciones que estaba armada de una determinada manera antes de su llegada, y que sufrirá cambios sustanciales a partir de que este nuevo elemento se implique.

Las partes no son enteramente individuales, puesto que constantemente se ven afectadas por la red de relaciones y por lo tanto están sujetas a un proceso de renovación permanente. No obstante, conservan propiedades psico – físicas de las que carecen los demás elementos del sistema, con lo que su aporte se vuelve único.

Extendamos el ejemplo previo para comprender esto. Juan Méndez ha ingresado en el sector de logística de una importante empresa dedicada a la venta de electrodomésticos. En este sector, se encontrará con Mónica, una muy apta profesional de la ingeniería que suele encargarse de la planificación del sector; Néstor, un joven de espíritu emprendedor pero algo atolondrado que se dedica a cuestiones administrativas, y Lorena, jefa del sector, estricta y demandante. Todos

estos elementos poseen características únicas, al igual que el ingresante Juan. Pero dependerá del rol que Juan asuma en esta red de relaciones ya armada entre Mónica, Néstor, y Lorena, para ver cómo afectará al sistema. Juan puede sentirse cómodo y desplegar su capacidad al encontrarse con un equipo receptivo a su llegada, o bien puede sufrir de dificultades de adaptación, impuestas por la circulación de rumores sobre el motivo real de su arribo, por ejemplo, o bien porque los integrantes del equipo no desean otro miembro, o bien por estas y muchas otras causas más, todas juntas.

Juan, aún con sus características individuales, no actúa de igual manera en un sistema y otro. En su casa, con su mujer e hijos, es una persona que despliega determinados recursos de interacción, emocionales e intelectuales; y en su trabajo, con Lorena, Néstor, y Mónica, puede no mostrar las mismas conductas. Esto es así no porque sea una persona inestable e impredecible, algo que sería fácilmente atribuible desde la culpabilización típica del estilo de pensamiento elementalista, sino porque, como persona, está sujeta a la influencia constante e inevitable de su entorno, y tiende a asumir determinada posición en cada sistema dependiendo del tipo de información que envía al todo y que recibe del todo.

Si la mirada reduccionista del modelo elementalista fuera cierta, Roger Federer no debería haber perdido nunca un partido de tenis en su vida, puesto que es técnicamente el jugador más dotado del circuito mundial de la ATP. Sin embargo, hasta Roger Federer actúa de manera diferente dependiendo del tipo de relación que ha establecido con su adversario. Por esa razón, cada partido es un mundo distinto.

La relación está afuera de los elementos

La dinámica interactiva entre el jugador de tenis y su rival es algo que no nace de su concepción mental individual ni la de su oponente. Está en el medio de los dos, como un campo de interacción que rige el comportamiento de ambos. En función a cómo se genera la influencia recíproca entre ambos, así como la intervención inevitable de otros factores como el umpire, el público, los jueces de línea e incluso los ball boys o los periodistas, se establece lo que vemos como comportamiento del sistema total, el partido en sí.

El modelo elementalista busca analizar la dinámica de los elementos aislados, sin entender que estos se están comportando de esa forma porque existen otras partes que los obligan a manejarse de esa manera. Cuando Nalbandian empieza a forzar a Cilic a jugar bajo y por el lado del revés, por ejemplo, lo está obligando a usar su peor golpe. Si el resultado del partido dependiera exclusivamente de lo que quisiera Cilic, como un planeta separado del Cosmos que se auto – alimenta

en un entorno – cosmos particular, esto no sucedería, puesto que estaría todo el partido ejecutando su famoso drive de derecha. Simplemente, el rival no lo está dejando jugar como él quisiera, y será obra del genio de este croata dar vuelta la historia, intentando que la relación entre él y su oponente empiece a regirse por otras reglas. Será en vano que espere a que Nalbandian lo haga jugar por el lado del drive.

El enfoque sistémico enfatiza en el estudio de esta relación recíproca, y nos obliga a observar que está sucediendo *entre* los elementos, no *en* los elementos.

Comprender la dinámica del sistema nos obliga a abandonar la creencia omnipotente, muy popular en nuestra cultura, de que somos los absolutos responsables de todo lo que tiene que ver con nosotros. Esto sería así si siguiera vigente el paradigma elementalista, que sugiere que cada persona es un mundo diferente, aislado de los demás. En realidad, estamos siendo condicionados por un sistema contextual envolvente mucho mayor a nosotros, y las influencias que nos afectan son infinitas.

LAS TEORÍAS HUMANISTAS/ESTRUCTURALISTAS

A partir de la década del 50, nuevos aires se respiraban en el ámbito científico y con ello otras formas de comprender el funcionamiento psíquico. La teoría sistémica era criticada por negar la subjetividad, el factor individual y distintivo del hombre, a favor de una postura sociologista, que hacía a la creencia de que las relaciones entre partes determinan el desarrollo de cada una.

Fue entonces cuando aparecieron en escena las teorías humanistas, que también podemos considerar *estructuralistas*, por responder a la idea central de que *todo ser humano es individual y subjetivo, pero se encuentra a su vez inmerso en una estructura total mayor que lo envuelve y le da un sentido*.

La primera de estas escuelas nació con la teoría de la Gestalt, originada en 1912 a través de los trabajos científicos de Max Wertheimer, Kurt Koffka, y Wolfgang Köhler, y retomada en los años 50 por Fritz Perls y la Terapia Gestalt.

Perls tomó los postulados más importantes de la teoría gestáltica, inicialmente orientada al estudio y comprensión de procesos mentales tales como la memoria, la percepción, y el aprendizaje, para dar forma a toda una forma distinta de concebir la psicología del hombre y de abordarla a través del tratamiento psicoterapéutico. Perls anunció que la clínica psicológica debía volver a poner al hombre en el centro de su estudio, sin olvidar que el mismo forma parte de una realidad mayor que lo envuelve. El ser humano debe encontrar apoyo emocional y el significado profundo a sus acciones diarias partiendo de entender que forma parte de una gestalt (*estructura o forma* en alemán) mayor que lo envuelve.

La idea principal que motoriza la visión gestáltica del mundo fue anunciada por Wertheimer, Köhler, y Koffka ya en sus primeros trabajos de investigación, y

rezando que *el todo es mayor a la suma de las partes*. Esto significaba que toda acción o fenómeno se ve inscripto en un todo que le da sentido, puesto que si lo estudiamos molecularmente, solo observaremos y comprenderemos una franja del comportamiento total y no la totalidad del comportamiento.

Otra corriente de pensamiento humanista que se abrió paso con fuerza fue la Logoterapia, iniciada por Viktor Frankl. La misma entendía al hombre como un ser de sentido, lo que viene a ser, orientado vitalmente hacia el cumplimiento de una misión espiritual en la vida que le otorga determinación, voluntad, y valor para vivir.

Podríamos considerar que Frankl ubica la gestalt contendora de Perls enunciando que todas las acciones humanas están referidas a otro más allá del sí mismo individual. De esta manera, considera que el hombre se encamina a cumplir una misión vital para con otras personas, siguiendo el espíritu de sentido de un plan trascendental. Esta misión es la gestalt o estructura mayor que envuelve las acciones individuales y las interacciones sistémicas antes mencionadas.

De esta apreciación deriva el hecho de que toda interacción realizada entre los componentes de un sistema puede ser entendida, desde la Logoterapia, como un resultado del funcionamiento mental de las personas, que son capaces de responder a estímulos externos de acuerdo a programas de conducta previamente aprendidos, pero que más allá de esa fría y condicionante interacción entre meros "elementos" de un sistema se encuentra la dimensión espiritual (que bien podríamos llamar también "psicológica" para diferenciarla de lo mental) que es la que constituye al hombre como ser individual y único y a la vez lo orienta a cumplir con una misión que no se endilgó para sí mismo como fruto de su razonamiento y elucidación personal, sino que este ha de descubrir como llamado vital de la naturaleza, o Dios, hacia su ser individual.

De esta forma, la Logoterapia pone el acento no en el desarrollo individual (Psicoanálisis), ni en los estímulos externos (Conductismo), ni en las relaciones entre personas (Teoría Sistémica), sino en cómo cada ser individual es influido y guiado por la instancia trascendental del todo o estructura espiritual que cobija a todas las personas.

Tanto la mirada gestáltica como la logoterapéutica son denominadas *humanistas* no por centrarse en estudiar al hombre como fenómeno aislado, como sucede en el caso del Psicoanálisis, sino por ponerlo como centro de interés de la psicología en su derivatoria clínica, la psicoterapia. Este volver a centrarse en el hombre se dio en respuesta al Psicoanálisis, que consideraba desde su posición que todas las personas se encuentran determinadas por un inconsciente constituido por pulsiones sexuales reprimidas en la infancia, al Conductismo, que contempla al hombre como un ser incapaz de desarrollarse libre e individualmente condicionado por los estímulos externos, y a la teoría sistémica, por reproducir un escenario de

influencias recíprocas que anula la posibilidad de que alguien pueda “salirse” de los códigos comunicacionales preestablecidos y gestar algo nuevo y orientador para su vida.

La contestación gestáltica es sencilla: las interacciones existen, pero estas cobran un significado a la luz de cómo cada persona codifica e interpreta el todo mayor (gestalt) que los cobija. De esta forma, si vamos a la playa vestidos para ir a una fiesta de gala, sin lugar a dudas las interacciones se verán afectadas, porque no estamos respetando el contexto mayor estructural que les da un significado.

La contestación logoterapéutica se centra en profundizar ese “todo” al que hace mención la Gestalt y enuncia que cada persona responde a una misión trascendental que la une con todas las demás en una gran “estructura total” que llamamos mundo. El desafío en cada uno es descubrir en qué consiste ese llamado particular.

PSICOLOGÍA SISTÉMICA

El siguiente es un resumen de la disertación presentada por el Lic. Javier Fermani en el XI Congreso Nacional de Psicodiagnóstico, en la ciudad de Corrientes, Argentina, el 2 de octubre de 2010

La teoría general de los sistemas data de los primeros años en la década del 50'. Su mentor fue el biólogo alemán Ludwig Von Bertalanffy, quien consideraba que los seres vivos son entidades demasiado complejas como para entender correctamente sus procesos naturales básicos desde la mirada simplificante del método científico positivista. Este autor fue el primero en considerar que existe una dinámica muy particular entre cada uno de los seres que nos esforzamos por observar como mundos independientes, que nace de un intercambio permanente entre cada uno de nosotros y nuestro medio ambiente. La dinámica relacional entre los seres vivos nos permite darnos cuenta de que, al nosotros intentar estudiar a cada uno por separado, estamos obviando la influencia que están ejerciendo múltiples variables intervenientes y que afectan el comportamiento del objeto sometido a análisis.

Tan solo una década después, Jay Forrester adapta la teoría general de los sistemas al mundo de las organizaciones, dando forma a un lenguaje desde el cual entender cómo los sistemas son entidades que se regulan por procesos de auto organización inestables, y que son absolutamente permeables a la influencia de los otros sistemas con los que se relacionan. La empresa es, al igual que un

animal, una planta, o una persona, un sistema. Por lo tanto, la empresa se rige por leyes y procesos inherentes a la dinámica de sistemas. Otros autores de renombre como Peter Senge, Michael Porter, Andy Grove, y en nuestro país Roberto Serra, han extendido esta particular manera de comprender la vida a nivel mundial.

En el campo de la psicología, los aportes de la teoría general de los sistemas se vieron instrumentados por la *Escuela de comunicación de Palo Alto, California*. En este instituto, celebres científicos de la talla de Paul Watzlawick, Gregory Bateson, o Conrad Lawrence estudiaron el comportamiento humano desde una visión sistémica, y dedicaron un especial esfuerzo a entender como las familias, en tanto que sistemas, afectan la psicología individual de cada integrante de las mismas. De allí surge la idea de que la esquizofrenia, por ejemplo, no es un padecimiento aislado de una persona, sino que es un padecimiento que circula en la red de relaciones de la familia y se “apodera” del miembro familiar al que le fue asignado el rol de “loco”.

La terapia sistémica, que surge de los avances realizados por estos investigadores en Palo Alto, conduce a la realización de sesiones de terapia grupales, en las que se puede observar con claridad como la mejora del paciente esquizofrénico genera problemas para el resto de la familia, quienes empiezan a oponerse a la terapia y al mismo paciente al darse cuenta de que ya no tienen a su disposición a quien acusar de enfermo.

Bateson hizo un gran aporte al entendimiento de la esquizofrenia cuando postuló el concepto de **doble vínculo**: La persona recibe de un miembro del sistema o más dos mensajes contradictorios unos con otros, de tal modo que la realización del primero anula al segundo y viceversa.

El desarrollo del doble vínculo sería el siguiente:

- La persona debe hacer X
- La persona debe hacer Y, lo que entra en conflicto con X
- Ningún comentario acerca de lo absurdo o in entendible del mensaje es permitido.

Cuando las relaciones internas de una familia se forjan por doble vínculo, la persona que lo padece queda atada al sufrimiento de no saber qué hacer cuando debe tomar una decisión, puesto que ha aprendido de parte de sus padres o hermanos que cada cosa que debe hacer lleva implicados dos, tres, o más mensajes contradictorios unos con otros, y que el cumplimiento de cualquiera de ellos traerá inevitablemente la culpa de no haber cumplido con los demás.

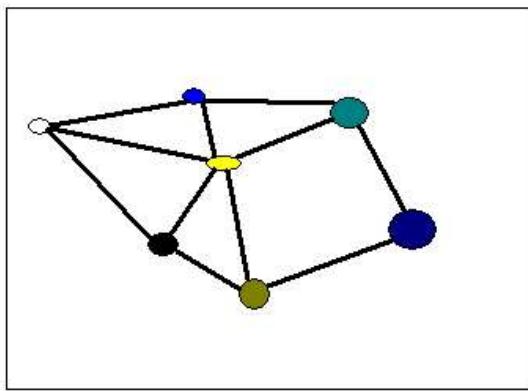
Pongamos un ejemplo:

Marta dice a su hijo “Yo no te dejo salir porque te quiero” y al mismo tiempo que lo dice, da un golpe a la mesa. Acto seguido, le dice “bueno, Salí, pero lleva paraguas, porque está por llover” y al mismo tiempo toma el paraguas y se lo lleva, dejando a su hijo atónito, sin saber qué hacer.

Aquí vemos como Marta realiza dos mensajes en doble vínculo consecutivos: primero, dice a su hijo que lo quiere, y corporalmente asume una conducta contradictoria con lo que enuncia verbalmente, golpeando la mesa. Luego de esto, cambia repentinamente de parecer y le dice que lleve el paraguas, pero no hay forma de que su hijo pueda llevarlo, puesto que ella misma lo apartó de su vista. Este tipo de relación se ve con suma frecuencia en familias esquizofrénicas, en las que el trastorno en si no pertenece a una sola persona, sino que circula por la red de relaciones establecida. Es evidente que Marta tiene los componentes psicológicos propios de una persona esquizofrénica, por la incongruencia de su conducta, que no sigue una lógica clara, pero muy probablemente quien declare externamente la esquizofrenia, a través de la sintomatología típica de sufrir alucinaciones, o distorsionar la realidad, será su hijo, no ella, por ser el portador mayor de los doble vínculos de su madre.

LA NATURALEZA DE LOS SISTEMAS

SISTEMA: Un sistema es un todo compuesto por partes en constante interacción. La influencia que se genera entre una parte y otra del sistema es recíproca e



inevitable, y el resultado de dichas interacciones crea lo que observamos como comportamiento del sistema total. En otras palabras, los sistemas están compuestos por partes, y depende de cómo estas se relacionen el sistema se comportará de una forma o de otra.

Es una red de relaciones infinita, en el que cada parte juega un rol, asume una posición, desde la cual afecta al sistema total, a la vez que el sistema la afecta a ella.

Un buen ejemplo para comprender esto lo aportan los equipos de fútbol. Cada jugador es un elemento dentro del sistema total. Si un jugador se encuentra dando malos pases, afecta la dinámica relacional de los demás elementos y estos no pueden desplegar su talento. Un equipo de fútbol no es la sumatoria de 11 individualidades sino la **configuración de 11 partes del sistema en una red de relaciones**.

Un sistema efectivo es el que logra optimizar la relación entre las partes, no simplemente concentrarse en optimizar el rendimiento de las partes por separado.

Siguiendo con el ejemplo del fútbol, vimos como Argentina fue goleada y dejada afuera del mundial 2010 por Alemania, justamente porque esta no supo cómo potenciar la relación entre las partes y se esmeró por hacer que cada elemento juegue su propio partido.

Maradona, un gran motivador de las partes individuales, no organizó un plan conjunto estratégico desde el cual otorgar a cada persona un rol complementario en el sistema. Consideró a sus jugadores 11 estrellas que debían rendir como lo hacían en los clubes a los que prestan servicios, obviando el hecho de que este sistema, la selección argentina, era muy diferente al sistema del Barcelona, el Chelsea, o Boca Juniors.

Por lo tanto, no se concentró en potenciar la relación entre Tevez, Verón, y Messi, por ejemplo, sino que optó por dejar que cada uno juegue cómo le saliera, considerando que la suma de grandes individualidades daría como resultado grandes victorias. Alemania, por el contrario, no contaba con partes individualidades que se caracterizaran por ser enormemente talentosas, pero sí existía un plan de juego, enfocado principalmente en mantener la circulación de la pelota entre Schwarzteiger, Ozill, y Muller a la ofensiva, y que esta se coordine de manera armónica con la labor del mediocampo y la defensa con cada paso que se daba, ya sea en función de ataque cuando el equipo tenía el balón en sus pies, o en función defensiva cuando no lo tenía.

PARTÉ: Las partes son una *configuración específica de la red de relaciones*. Cada parte adopta una posición en el sistema desde la cual percibe la realidad, viéndose influida por el todo de una manera particular al mismo tiempo que influye en el todo desde esta posición adoptada.

La adopción de este lugar en el sistema se da por la dinámica particular del sistema en sí. Cada vez que un empleado nuevo es seleccionado para ingresar a trabajar en una empresa, ingresa en una red de relaciones que estaba armada de una determinada manera antes de su llegada, y que sufrirá cambios sustanciales a partir de que este nuevo elemento se implique.

Las partes no son enteramente individuales, puesto que constantemente se ven afectadas por la red de relaciones y por lo tanto están sujetas a un proceso de renovación permanente. No obstante, conservan propiedades psico – físicas de las que carecen los demás elementos del sistema, con lo que su aporte se vuelve único.

Extendamos el ejemplo previo para comprender esto. Juan Mendez ha ingresado en el sector de logística de una importante empresa dedicada a la venta de electrodomésticos. En este sector, se encontrará con Mónica, una muy apta profesional de la ingeniería que suele encargarse de la planificación del sector; Néstor, un joven de espíritu emprendedor pero algo atolondrado que se dedica a cuestiones administrativas, y Lorena, jefa del sector, estricta y demandante. Todos

estos elementos poseen características únicas, al igual que el ingresante Juan. Pero dependerá del rol que Juan asuma en esta red de relaciones ya armada entre Mónica, Néstor, y Lorena, para ver cómo afectará al sistema. Juan puede sentirse cómodo y desplegar su capacidad al encontrarse con un equipo receptivo a su llegada, o bien puede sufrir de dificultades de adaptación, impuestas por la circulación de rumores sobre el motivo real de su arribo, por ejemplo, o bien porque los integrantes del equipo no desean otro miembro, o bien por estas y muchas otras causas más, todas juntas.

Juan, aún con sus características individuales, no actúa de igual manera en un sistema y otro. En su casa, con su mujer e hijos, es una persona que despliega determinados recursos de interacción, emocionales e intelectuales; y en su trabajo, con Lorena, Néstor, y Mónica, puede no mostrar las mismas conductas. Esto es así no porque sea una persona inestable e impredecible, algo que sería fácilmente atribuible desde la culpabilización típica del estilo de pensamiento elementalista, sino porque, como persona, está sujeta a la influencia constante e inevitable de su entorno, y tiende a asumir determinada posición en cada sistema dependiendo del tipo de información que envía al todo y que recibe del todo.

La relación está afuera de los elementos

La dinámica interactiva entre el jugador de tenis y su rival es algo que no nace de su concepción mental individual ni la de su oponente. Está en el medio de los dos, como un campo de interacción que rige el comportamiento de ambos. En función a cómo se genera la influencia recíproca entre ambos, así como la intervención inevitable de otros factores como el umpire, el público, los jueces de línea e incluso los ball boys o los periodistas, se establece lo que vemos como comportamiento del sistema total, el partido en sí.

El modelo elementalista busca analizar la dinámica de los elementos aislados, sin entender que estos se están comportando de esa forma porque existen otras partes que los obligan a manejarse de esa manera. Cuando Nalbandian empieza a forzar a Cilic a jugar bajo y por el lado del revés, por ejemplo, lo está obligando a usar su peor golpe. Si el resultado del partido dependiera exclusivamente de lo que quisiera Cilic, como un planeta separado del Cosmos que se auto – alimenta en un endo – cosmos particular, esto no sucedería, puesto que estaría todo el partido ejecutando su famoso drive de derecha. Simplemente, el rival no lo está dejando jugar como él quisiera, y será obra del genio de este croata dar vuelta la historia, intentando que la relación entre él y su oponente empiece a regirse por otras reglas. Será en vano que espere a que Nalbandian lo haga jugar por el lado del drive.

El enfoque sistémico enfatiza en el estudio de esta relación recíproca, y nos obliga a observar que está sucediendo *entre* los elementos, no *en* los elementos.

Comprender la dinámica del sistema nos obliga a abandonar la creencia omnipotente, muy popular en nuestra cultura, de que somos los absolutos responsables de todo lo que tiene que ver con nosotros. Esto sería así si siguiera vigente el paradigma elementalista, que sugiere que cada persona es un mundo diferente, aislado de los demás. En realidad, estamos siendo condicionados por un sistema contextual envolvente mucho mayor a nosotros, y las influencias que nos afectan son infinitas.

Niveles de integración de los sistemas

Los sistemas se integran unos a otros infinitamente. Como personas somos un sistema que a su vez es una parte de un sistema familiar. Esta es, a su vez, una parte constitutiva del sistema social, este se halla inmerso en una cultura determinada, y así sucesivamente.

Nuestro cuerpo es un sistema: cuando nos duele el estómago, todo el sistema se ve afectado. Nos sentimos mal, no podemos caminar con normalidad, hasta nuestros pies pueden sentir algún tipo de malestar indirecto, causado por el dolor de estómago.

Nuestra mente es un sistema: Cuando pensamos en algo, este pensamiento no está aislado. Se halla en relación con otros pensamientos encadenados que lo llevan a existir, así como con imágenes que se nos presentan y emociones que genera.

Como sistema, estamos en relación: A su vez, nosotros mismos nos vemos afectados por una cadena de eventos externa y afectamos a la misma.

Por lo tanto, los seres humanos somos sistemas que actuamos en función de la relación generada por sub – sistemas. Y a su vez, somos componentes de sistemas mayores que nos implican.

La física newtoniana señalaba al átomo como la “unidad fundamental” de la materia, el elemento final irreducible, el más microscópico. Sin embargo, los descubrimientos realizados por los físicos cuánticos demostraron que el átomo, a su vez, es un sistema compuesto por electrones y un núcleo, que a su vez está conformado por sub – sistemas, los neutrones y protones, que más adelante se pudo descubrir que también estaban sub – divididos por otros sub – sistemas internos.

De esta forma, la dinámica de sistemas nos muestra que la influencia que recibimos de nuestro entorno es una influencia que a su vez viene gestada por niveles mayores de integración. Esa es la razón de que consideremos que existe

una relación no solo con quienes mantenemos un contacto psico – físico más cercano, sino el Universo en su totalidad, en diferentes niveles de influencia.

PRINCIPIOS DE LA DINÁMICA DE SISTEMAS

Todo tiene que ver con todo. El principio de interconectividad

Marcela se levantó temprano, a las 7 de la mañana, en un lluvioso jueves en la agitada Buenos Aires. Ese día era muy importante en su trabajo, puesto que debía asistir a una reunión de urgencia entre los jóvenes proyectos de la empresa KK, entre los que figuraba ella. Este era un equipo conformado por los diez más destacados miembros de la organización en la sede central de Buenos Aires, y debían encontrar soluciones operativas a ciertas complicaciones que habían surgido en las últimas semanas en torno a la demanda y satisfacción de los clientes.

A pesar de haberse levantado temprano y disponer de tiempo suficiente como para llegar a su destino con tiempo de sobra, se apresuró en subir a su auto y empezar a conducir por la Avenida Callao. Tenía unas largas 28 cuadras desde su departamento a su oficina. No obstante, en cuestión de minutos se vio enfrascada en un embotellamiento infernal producido por manifestaciones de integrantes de diferentes sindicatos.

Para calmar su ansiedad, prendió la radio. Sigue que esta no funcionaba. De repente se acordó de que su hermano había prometido que iba a llevar a reparar la radio del vehículo el día anterior, cosa que al parecer no hizo.

Los pensamientos negativistas y sombríos empezaron a pulular a lo largo y ancho de su nutrida imaginación. Se imaginaba a su jefe colérico y no podía dejar de maldecir al país y a todos los manifestantes, por egoístas, por ignorantes, y por una surtida serie de argumentaciones personales.

Se preguntaba a sí misma, repetidamente, “¿Qué tenemos que ver nosotros, los trabajadores comunes, con el hecho de que el sindicato esté peleado con el gobierno?”. Mientras tanto, la lluvia comenzó a hacerse más y más fuerte.

Luego de un tiempo, logró sortear el embotellamiento y llegar a tiempo a su trabajo, pero para entonces su rostro expresaba un nivel de cansancio y fastidio poco aconsejable para el inicio de una jornada laboral.

¿Dónde nos decidiremos a cortar la cadena de causas para buscar una explicación al malestar de Marcela? La mirada elementalista consideraría que el embotellamiento fue la causa única de su fastidio. Sin embargo, el embotellamiento se produjo por la relación entre los sindicatos y el gobierno. Como parte del sistema, Marcela sufrió los efectos de una interacción lejana, establecida entre dos elementos de un nivel de integración mayor (organizaciones

que comprenden personas) y que no tienen relación *directa* con ella. Sin embargo, indirectamente, si están relacionados.

Si seguimos investigando las causas del malestar de Marcela, deberemos centrarnos en otros niveles de integración sistémica. El gobierno no ha otorgado el aumento salarial exigido por los sindicatos debido a políticas económicas que ha decidido llevar a cabo. Estas políticas económicas, a su vez, obedecen entre muchas otras cosas a la relación de nuestro país con el extranjero, las presiones de los mercados mundiales y demás. Por lo tanto, el malestar de esta persona tiene relación con el estado de las relaciones internacionales del país, aunque eso no figure dentro de sus preocupaciones o intereses diarios.

Dicho de otro modo: todo tiene que ver con todo. No hay manera de aislar una persona, situación, o cosa, de la relación que establece con todo lo existente.

Principio de complementariedad

Otro principio del enfoque sistémico es el que nos dice que los sistemas, para ser efectivos, deben estar constituidos por elementos complementarios. Esto dinamiza la producción global, puesto que facilita el que cada uno ocupe un lugar en el sistema y cubra diferentes funciones que son vitales para su desempeño.

Tomemos como ejemplo un grupo de trabajo común. La existencia de personalidades de similares características puede hacer que se dificulte la comunicación, puesto que personas de carácter fuerte tenderán a chocar con frecuencia, y personas más retraídas carecerán de alguien capaz de manifestar las cosas que todos sienten y nadie se atreve a exponer para el bien grupal. Es mucho mejor que existan personas con diferentes capacidades, que cubran un espectro más amplio de posibilidades de acción, que el que coexistan integrantes de una misma rama del conocimiento.

Principio de incertidumbre

Lo expuesto por el célebre físico Werner Heisenberg sobre la naturaleza imprevisible de los acontecimientos se retoma en la teoría de los sistemas. Podemos determinar tendencias u orientaciones de conducta de la red de relaciones, pero muchas veces, y debido a la alta complejidad que reviste la dinámica relacional de los sistemas y sus elementos constitutivos, se generan eventos impredecibles, que generan el caos y cambian por completo la conducta de las personas.

No formaba parte de los planes de Marcela el que se genere un embotellamiento en plena Avenida Callao camino a su trabajo. Los sistemas se comportan de esta manera, modificando sus patrones de conducta y sorprendiéndonos a cada paso.

Principio de cambio

Las personas y las organizaciones se encuentran sometidas a un proceso de renovación y cambio permanente e inevitable. Debido a la dinámica interactiva entre las partes, y en cómo la interconectividad de los diferentes niveles de integración sistémica afectan la relación entre ellas, nos vemos influidos por innumerables fuentes de estimulación, a la vez que contribuimos a esta inmensa configuración con nuestra propia conducta.

La mirada elementalista sostiene que somos personas inmodificables, que actuamos siempre de acuerdo a patrones determinados previamente. El psicoanálisis, por ejemplo, recurre a arcaicos períodos de la evolución psico – sexual para determinar el estado psicológico de la persona hoy, y sentenciar que dicho estado responde a una forma de estructuración del psiquismo que no puede cambiar.

La dinámica de sistemas está muy lejos de considerar que las cosas ya han sido determinadas de antemano. Si observamos con detenimiento el comportamiento de las personas en relación, centrándonos en el estudio de la relación entre los “objetos” y no en los “objetos” en sí, podemos notar que no existen dos momentos que sean iguales en cuanto a lo que se dice y lo que se hace.

CAUSALIDAD CIRCULAR

La dinámica de sistemas incluye el concepto de feed – back. Este nos obliga a abandonar la idea de que todo está causado linealmente por un pasado reprimido o por un estímulo actual condicionante.



Los elementos del sistema, ya sean personas u organizaciones, interactúan en recíproca y biunívoca influencia.

A afecta a B del mismo modo en que B afecta a A. Al estar sujetos a interacción constante, todo lo que hacemos se ve influido por lo que los otros hacen. Se abandona la idea de causalidad lineal, y pasamos a hablar de causalidad circular. De esta forma, debemos abandonar el concepto lineal de causa – efecto (Trauma infantil – síntoma en la adultez) o el modelo de estímulo – respuesta (Mientras más barato un producto, más ventas logra).

Formamos parte de un entorno que nos afecta, no somos enteramente singulares e individuales. Y de la misma manera, nosotros afectamos a ese entorno, o sistema.

EJEMPLO: Si lanzo un producto al mercado más barato, es probable que en un inicio venda más. Pero muy probablemente la competencia se entere de esto y se genere una guerra de precios. En consecuencia, perdí la ventaja inicial, y ya no produzco lo que buscaba producir, porque no estamos solos en el mundo, somos parte de un sistema mayor.

LEYES DE LA DINÁMICA DE SISTEMAS

Como fruto del funcionamiento de los sistemas, han sido establecidas leyes básicas que se repiten una y otra vez. Estas pueden orientarnos a entender mejor porqué, muchas veces, los sistemas se comportan de una forma totalmente distinta a como creeríamos que deberían comportarse.

1. LEY DE LA FRAGMENTACIÓN

El sistema, cuando se fragmenta, tiende a perder energía. Por eso, cuando un sistema actúa de manera conjunta y centrado sobre un espacio físico reducido, es más productivo, porque su nivel de energía se encuentra condensada en un solo punto.

Cuando tomamos una decisión que implica dispersar las fuerzas de nuestro grupo de trabajo y desconectar la labor de uno de la de otros, el grupo tenderá a perder fuerzas. Del mismo modo, cuando nuestras decisiones separan al grupo que dirigimos de otros grupos, fomentando la división o apoyando la idea del combate entre grupos, estamos haciendo que la organización como sistema total pierda fuerza.

2. LEY DE LAS PRESIONES

Cuanto más se presione a un sistema en un sentido particular, mas presiona el sistema en el sentido inverso.

Esta ley nos dice, básicamente, que la presión como fuente de motivación debe ser sabiamente utilizada, y si la aplicamos debemos ser conscientes de que a mediano o a largo plazo tenderá a crear el efecto inverso al deseado.

Por lo tanto, cuando somos excesivamente directivos, impositores, o exigentes del cumplimiento de determinada meta o normativa, el/los miembro/s del grupo tenderán a actuar de manera inversa a la deseada, reaccionando por oposición en el intento de conservar su espacio personal e independencia como seres humanos libres de pensar y sentir lo que deseen.

Del mismo modo, las decisiones estratégicas destinadas a generar presión en la competencia obrarán en nuestra contra, devolviéndonos más presión

3. LEY DE LAS MEJORAS APARENTES

Cuando presionamos a un sistema, este mejora para después empeorar.

Muchas veces, la primer reacción no es la de oposición y reactividad, sino la de la obediencia y sumisión. Cuando esto sucede, es muy probable que aquello que generó buenos resultados inicialmente termine creando problemas, ya sea ante la misma actividad o en otra.

Podemos mencionar el clásico ejemplo de la empresa que nota que su producto está vendiendo a un nivel muy bajo y opta por bajar los precios sin haber analizado y sopesado cuál era la causa de fondo de la dificultad, que supongamos es la mala calidad del producto. En un inicio, las ventas pueden mejorar, pero el inevitable efecto colectivo de la comunicación boca a boca entre las personas sobre la baja calidad del producto hará que este vuelva a descender en las ventas

4. LEY DE LAS DEMORAS

Existe un tiempo entre la decisión y el resultado. Este es el tiempo que hay que esperar para ver si la decisión da los resultados que esperamos. Muchas veces nos apresuramos en considerar que la decisión ha sido mal tomada porque no generó los efectos esperados en un plazo de tiempo demasiado corto, y tomamos nuevas determinaciones en función de esta convicción, que lo único que hacen es echar a perder una decisión inicial potencialmente satisfactoria.

5. LEY DE LOS CICLOS

Un ciclo de rendimiento positivo será seguido de uno de rendimiento negativo. Lo que debemos hacer es cimentar una base sólida en el grupo, basada en el enfoque en la visión y misión y la motivación y comunicación grupal, para que los ciclos negativos puedan ser llevados con calma y no alteren nuestra estructura.

No existe sistema (sociedad, organización, grupo, persona, o incluso elementos componentes de la misma – células o pensamientos, comportamiento social) que se mantenga funcionando bien indefinidamente, ni que se mantenga funcionando mal por siempre.

6. LEY DEL LÍMITE AL CRECIMIENTO

El crecimiento de un sistema siempre se detiene. No podemos esperar que nuestro grupo mejore en el cumplimiento de sus objetivos o en las relaciones humanas por siempre, pues siempre existe un techo a alcanzar. Cuando esto sucede, es muy probable que sobrevenga la etapa de crisis o conflicto antes señalada, y debemos adoptar las medidas necesarias como para prevenirla, así como sacamos la ropa del tendal cuando vemos que hay mal tiempo y despejamos el patio de nuestra casa de cualquier elemento que pueda ser perjudicado por la tormenta.

7. LEY DE LA PALANCA

Si eliminamos el límite más importante, el sistema ganará dinamismo de forma más que proporcional. Existen muchos límites que hacen al grupo no actuar de manera coordinada, o comunicada, o motivada. Pueden haber límites dados por las políticas de la empresa (baja remuneración, espacio físico inadecuado, injusticias en las políticas de premio y sanción), malas relaciones interpersonales, baja venta, etc. Si sabemos detectar cual es el límite más importante que frena al grupo y podemos eliminarlo, este tenderá a ganar velocidad y a trabajar de forma mucho más efectiva que eliminando todos los límites de menor importancia.

PSICOLOGÍA CONDUCTISTA

Podemos considerar al conductismo una teoría asociacionista, nacida en 1913 a través de la publicación del *Manifiesto Conductista* de Jhon Watson, su creador. Sin embargo, como toda creación teórica y metodológica de la historia de la ciencia, su procedencia tiene orígenes lejanos y su materialización concreta se dio como parte de una ola revolucionaria en el ámbito mundial de la ciencia psicológica de la que fue parte.

Orígenes

El conductismo tiene sus raíces más antiguas en Aristóteles, considerado el primer asociacionista de la historia. El filósofo griego consideraba que todo recuerdo o idea que evocamos al presente no se manifiesta en el vacío y se apaga inmediatamente, sino que nace por asociación a otra idea o imagen, con la que se

encadena. De esta forma, Aristóteles sugiere que el funcionamiento de la mente se da a partir de una cadena lineal indefinida de ideas que se asocian unas con otras por diferentes propiedades. Esta es la base esencial de lo que luego se presentaría como toda una teoría de la conducta humana, basada en la asociación de cadenas estímulo – respuesta, nuestro citado conductismo.

Más adelante, promediando el S. XVIII, Hume, Locke y los empiristas ingleses dieron una forma más definida al asociacionismo aristotélico. Hume consideraba que las ideas nacen a través de la recepción sensorial del ambiente, ofreciéndose los sentidos como receptores directos de una realidad externa que cada persona copia. El conocimiento es posible solo a partir de que la persona reciba de su entorno lo que tiene que conocer.

Los empiristas ingleses se oponen, de esta manera, a las corrientes de pensamiento kantiana y existencialista, entre otras, al sugerir la inexistencia de un procesamiento o elaboración personal en cada ser humano de la realidad vivida, sentando las bases del reduccionismo antimentalista que caracterizaría siglos más tarde al conductismo.

El precursor: La reflexología rusa de Ivan Pavlov

Llegado el S. XX, nace en Rusia una ruda contestación a las primeras teorías científicas de la psicología, como el estructuralismo y el funcionalismo, así como al psicoanálisis freudiano, basadas en un subjetivismo introspectivo que consideraban retrógrado y anti – experimental.

El resultado de esta respuesta fue la escuela reflexológica rusa, encabezada por el fisiólogo Ivan Pavlov.

Ivan Petrovich Pavlov fue un fisiólogo ruso discípulo de Ivan Sechenov y ganador del Premio Nobel en 1904 por sus investigaciones sobre el funcionamiento de las glándulas digestivas. Trabajó de forma experimental y controlada con perros, a los que incomunicaba del exterior en el laboratorio que se pasó a llamar "las torres del silencio".

Sus estudios lo llevaron a interesarse por lo que denominó *secreciones psíquicas*, o sea, las producidas por las glándulas salivales sin la estimulación directa del alimento en la boca. Pavlov notó que cuando en la situación experimental un perro escuchaba las pisadas de la persona que habitualmente venía a alimentarlo, salivaba antes de que se le ofreciera efectivamente la comida; no obstante, si las pisadas eran de un desconocido, el perro no salivaba. Estas observaciones le inspiraron para llevar a cabo numerosos estudios que fueron la base del Condicionamiento Clásico. Nunca se consideró un psicólogo, y hasta el fin de sus días sostuvo que era un fisiólogo. Se negó a explicar el Condicionamiento Clásico según la opinión corriente de que

la salivación del perro frente a un indicador cualquiera se debe a su expectativa de que habrá de recibir alimento. Rechazó toda explicación basada en una supuesta "[conciencia](#)" del perro, apegándose estrictamente en [cambio](#) a las explicaciones fisiológicas. Nunca se consideró un psicólogo, y hasta el fin de sus días sostuvo que era un fisiólogo.

Hoy se estima que la obra de Pavlov ha sido precursora, ya que fue el primero en efectuar investigaciones sistemáticas acerca de muchos fenómenos importantes del aprendizaje, como el condicionamiento, la extinción y la generalización del estímulo.

Si bien Pavlov no creó el conductismo, puede decirse que fue su pionero más ilustre. John B. Watson quedó impresionado por sus estudios, y adoptó como piedra angular de su [sistema](#) el reflejo condicionado.

Para la mayoría de la gente, el nombre de "pavlov" lo asocia al repiqueo de campanas. El fisiólogo ruso es mejor conocido por su [trabajo](#) en condicionamiento clásico o sustitución de estímulos. El experimento más conocido de pavlov lo realizó con comida, un perro y una campana.

Experimento de pavlov

- Antes de condicionar, hacer sonar una campana no producía respuesta alguna en el perro. Al colocar comida frente al perro hacía que este comenzara a babear.
- Durante el condicionamiento con el [sonido](#) de la campana, esta se hacía sonar minutos antes de poner el alimento frente al perro.
- Despues del condicionamiento, con sólo escuchar el sonido de la campana el perro comenzaba a salivar.

Los Elementos Del Experimento De Pavlov

- Comida: Estimulo no condicionado
- Salivación: Respuesta no condicionada (natural, no aprendida)
- Sonido Campana: Estímulo de condicionamiento
- Salivación: Respuesta condicionada (por el sonido de la campana, aprendida)

Nacimiento del conductismo

La teoría conductista nace con Jhon Watson. Vamos a conocer un poco quien era y luego adentrarnos en sus aportes principales.

Nació en 1878 y murió en 1958, obtuvo el primer título de doctor en psicología que otorgó la [Universidad](#) de Chicago y fue el fundador de la escuela de psicología que se conoce como conductismo, y que ha tenido un gran desarrollo en los países anglosajones.

Sus obras principales y las que exponen el proceso de su [pensamiento](#) son *Behavior, an Introduction to Comparative Psychology* (1914), La psicología desde el punto de vista del conductismo (1919) y *El conductismo* (1925). El conductismo se propone como una teoría psicológica que toma como objeto de estudio lo observable y no el [alma](#), la conciencia o cualquier otra entidad inmaterial y por lo tanto imposible de estudio objetivo.

Así, se opone a cualquier forma de introspección (método utilizado generalmente por la psicología de conciencia del siglo pasado) y toma como base la observación dentro de los lineamientos del método científico. Llega a decir Watson que la psicología y la [fisiología](#) sólo difieren en el ordenamiento de los problemas. Entre las escuelas y autores que influyen en el conductismo debemos mencionar la reflexología rusa (Pavlov y Bechtereov) y los estudios de psicología funcional y animal (Woodworth, Cattell y Thorndike).

Una de las ideas centrales de la teoría es la de condicionamiento, proceso por el cual una respuesta determinada es obtenida en relación con un estímulo originalmente indiferente con respecto a la misma. Luego se trata de determinar cómo a partir de unos pocos reflejos y mediante procesos de condicionamiento, se obtiene la enorme gama de conductas que realizan los hombres. El conductismo se ha planteado también como un [programa](#), lo que incluye entre sus pretensiones el [interés](#) por intervenir sobre la conducta y los hombres a los efectos de producir una mejor adaptación de los mismos al medio social, lo que ha derivado en estudios sobre el aprendizaje y un desarrollo importante en el área [laboral](#) y en la [propaganda](#).

Teoría conductista

John B. Watson fue el primer psicólogo norteamericano en usar las ideas de Pavlov. Al igual que Thorndike, primero comenzó sus estudios con animales y posteriormente introdujo la observación de la conducta humana. Watson pensaba que los humanos ya traían, desde su nacimiento, algunos reflejos y reacciones emocionales de [amor](#) y furia, y que todos los demás comportamientos se adquirían mediante la asociación estímulo-respuesta; esto mediante un acondicionamiento.

El caso "Albert"

Watson demostró el condicionamiento clásico con un experimento en el que participó un niño de algunos meses de nacido (de nombre Albert) y una rata blanca. El experimento consistía en acercar la rata a Albert para que la tocara, al principio Albert no mostraba temor por el pequeño animal, pero al comenzar a hacer, de repente un fuerte ruido cada vez que Albert tocaba la rata, al poco tiempo Albert comenzó a mostrar temor por la rata aún sin hacer el ruido (debido al condicionamiento). Este miedo se generalizó para otros animales pequeños. Watson después "extinguió" el miedo presentando la rata al niño en repetidas ocasiones sin hacer el ruido. Algunos hechos del estudio sugieren que el condicionamiento al miedo fue más poderoso y permanente que el realmente observado. (Harris, 1979; Samelson, 1980, en Brophy, 1990). En realidad los métodos de investigación usados por Watson en la actualidad serían cuestionados, su trabajo demostró el papel del condicionamiento en el desarrollo de la respuesta emocional para ciertos estímulos. Esto puede dar explicación a determinados sentimientos, fobias y prejuicios que desarrollan las personas.

A Watson se le atribuye el término "conductismo".

Entre 1913 y 1930 se desarrolla el conductismo watsoniano. En ese período aparecieron las primeras aportaciones conductistas de Kuo, Lashley, Weiss, Tolman y otros muchos, pero es cierto que la obra de Watson fue particularmente central.

La teoría elaborada por Watson no presenta como un sistema orgánico y definido una vez por todas. Por ejemplo, Watson especificó de modo diferente el objeto de la psicología. El comportamiento fue explicado en los términos de "adaptación del organismo al ambiente", "contracciones musculares", "conjunto integrado de movimientos" y "acciones". Se puede, en cierto modo, decir que la unidad de observación psicológica es para Watson el comportamiento o la conducta en el sentido de acción compleja manifestada por el organismo en su integridad, "sea lo que fuere lo que realice, como orientarse hacia una luz o en dirección opuesta, saltar al oír un sonido, u otras actividades más altamente organizadas como tener hijos, escribir libros, etc.". Evidentemente esas conductas no se detectan en cada una de las reacciones psicológicas que el organismo manifiesta (contracción de un músculo, o bien actividades de órganos individuales como la respiración, la digestión, etc.), que constituyen el objeto diferenciado de estudio de la fisiología. En la experimentación psicológica que lleva a cabo, Watson se interesa principalmente por variables dependientes complejas del tipo que acabamos de mencionar. Su "molecularismo" y "reduccionismo" teórico se especifican en la idea de que esos comportamientos no son más que la "combinación" de reacciones

más simples, de moléculas constituidas por cada uno de los movimientos físicos que, en cuanto a tales, son precisamente estudiados por la fisiología y la [medicina](#). En efecto, los principios de composición de las unidades simples en unidades complejas no modifican la [naturaleza](#) de las primeras, sino que simplemente las componen. Los principios a que principalmente se refiere Watson son la frecuencia y proximidad y el condicionamiento. Los principios de la frecuencia y proximidad nos dicen que cuanto tiempo más a menudo o cuanto más recientemente se ha verificado una asociación, con tanta mayor [probabilidad](#) se verificará.

El condicionamiento empieza a ocupar un lugar central, en la teoría conductista, hacia 1916. Watson aparece directamente influido no sólo por Pavlov sino también por los reflexólogos rusos, es decir, por Secenov, que ya hacia 1860 había afirmado que los actos de la vida consciente e inconsciente no son más que reflejos y por Becherev que se interesaba de modo particular por los reflejos musculares.

El principio de condicionamiento parte del descubrimiento del hecho de que en el organismo existen respuestas incondicionadas a determinadas situaciones. Por ejemplo, un organismo hambriento que recibe comida seguramente reaccionará salivando, un súbito haz de luz sobre los ojos provocará seguramente una contracción de la pupila, etc. la comida y el haz de luz se llaman estímulos incondicionados, es decir, acontecimientos que se producen en el [medio ambiente](#) y que provocan incondicionadamente una determinada respuesta en el organismo. Pero, otros estímulos que hayan sido asociados a los estímulos incondicionados provocarán también la reacción incondicionada, aunque no tengan por si mismos relación alguna con ella. Por ejemplo, el perro de Pavlov salivaba cuando oía el sonido de una campanita, por el sólo hecho de que ese sonido había sido anteriormente asociado con cierta frecuencia a la presentación de la comida. [La investigación](#) sobre el condicionamiento era de particular importancia para el conductista porque, por un lado detectaba precisas unidades estímulo (que permitían definir mejor el ambiente en que el organismo reacciona) y precisas unidades respuesta, y, por el otro, porque ofrecía un principio clave para explicar la génesis de las respuestas complejas. En efecto, se podía suponer que los comportamientos complejos, manifestados por [el hombre](#), eran una larga historia de condicionamientos.

Por este motivo adquirió particular importancia el estudio del aprendizaje empezando por las primeras adquisiciones infantiles. Al analizar las emociones, Watson expresaba la idea de que el miedo, la rabia y [el amor](#) son las emociones elementales y se definen partiendo de los estímulos ambientales que las provocan.

A partir de estas emociones se construirían las siguientes emociones. Un caso

famoso de aprendizaje de las emociones es el del pequeño Albert, que Watson estudió junto con R. Rayner. Albert jugaba tranquilamente con un ratoncillo cuando se le hizo escuchar a sus espaldas un violento ruido. Desde ese momento, el niño manifestó un gran miedo tanto hacia los ratones como hacia otros animales y objetos peludos. El ruido era un estímulo incondicionado capaz de producir por sí solo una respuesta de miedo; su asociación con otro estímulo hacía que el niño fuese condicionado a tener miedo también al ratoncillo y también a otros objetos con características similares.

Estudiando una de las primeras neurosis experimentales de la historia de la psicopatología, Watson probaba más adelante que las neurosis no son ni innatas, ni objetos misteriosos, sino que podían definirse en los términos de respuestas emocionales aprendidas.

Para Watson, las mismas leyes que regulan el aprendizaje emotivo constituyen la base de las demás adquisiciones y, en particular, de los llamados "hábitos". Si para los "hábitos manuales" la idea podía ser compartida por muchos, el problema se hacía más difícil cuando se trataba de explicar procesos psicológicos complejos y en particular el pensamiento y sus relaciones con el lenguaje. La propuesta metodológica de Watson exigía basarse en la observación de la conducta, y en este caso de la conducta verbal, y por tanto el pensamiento debería haberse inferido del lenguaje. Pero la propuesta por así decir "filosófica" era la de negar existencia real al pensamiento y asimilarlo directamente al lenguaje.

Para Watson, el lenguaje se adquiere por condicionamiento. El niño oye asociar a un objeto su nombre y por consiguiente el nombre termina por evocar la misma respuesta evocada por el objeto. Progresivamente todo el sistema de movimientos que provocan la emisión del sonido palabra puede ser sustituido por una parte de movimientos, por lo que la palabra es sólo pronunciada en voz baja, o moviendo silenciosamente los labios, o bien mediante simples "hábitos de laringe". Watson creía que de esta manera se va formando el pensamiento y sugería que podía ser reducido a un conjunto de hábitos de laringe. En el plano teórico el punto central estaba representado por el hecho de que la actividad de pensamiento era un resultado de los aprendizajes comunicativos y no tenía por sí mismo importancia ni interés cognoscitivo.

CONDICIONAMIENTO OPERANTE

B. Skinner introduce esta forma de condicionamiento en la que el ser humano adopta una postura activa en el proceso de condicionar su propia conducta,

intentando controlar las consecuencias de sus actos para acercar estímulos agradables y alejar aquellos que le resultan aversivos.

De esta forma, Skinner considera que las personas tendemos a condicionar lo que hacemos en función del tipo de efecto que generamos en el entorno, buscando recompensas a nuestras acciones e intentando evitar sanciones.

El condicionamiento operante se puede dar de diferentes formas:

- **Refuerzo positivo**: Un refuerzo positivo es un objeto, evento o conducta cuya presencia incrementa la frecuencia de la respuesta por parte del sujeto. Se trata del mecanismo más efectivo para hacer que tanto animales como humanos aprendan. Se denomina "refuerzo" porque aumenta la frecuencia de la conducta, y "positivo" porque el refuerzo está presente. Refuerzos positivos típicos son las alabanzas, los regalos o las aportaciones monetarias. Sin embargo, hay que tener en cuenta que en ocasiones algo que ordinariamente se considera desagradable puede funcionar como refuerzo positivo, ya que de hecho incrementa la probabilidad de la respuesta (como cuando se grita a un niño ante una rabieta, y este se siente reforzado porque así llama la atención).
- **Refuerzo negativo**: Un refuerzo negativo es un objeto, evento o conducta cuya retirada incrementa la frecuencia de la respuesta por parte del sujeto. Al igual que el anterior, se denomina "refuerzo" porque aumenta la frecuencia de la conducta, pero "negativo" porque la respuesta se incrementa cuando el refuerzo desaparece o se elimina. Un ejemplo sería el dejar de caminar por determinada calle a determinada hora luego de haber sido asaltados. El retirar el estímulo refuerza la conducta de quedarnos en casa o bien caminar por otra zona o a otra hora.
- **Castigo**: El castigo provoca la disminución de una conducta porque el suceso que la sigue es un estímulo aversivo. Un ejemplo típico es castigar a una rata con una pequeña corriente eléctrica cuando pulsa una palanca. Aunque el castigo puede ser en ocasiones muy eficaz para hacer que desaparezca una conducta, se recomienda utilizarlo lo menos posible, ya que tiene muchos efectos adversos o no deseados. En muchas ocasiones la conducta solo desaparece temporalmente o únicamente en los contextos en los que es probable el castigo. Además, genera gran cantidad de consecuencias secundarias (como frustración, agresividad, etc.) que pueden hacer que se detenga el proceso de aprendizaje. Por eso, en

la aplicación de castigos es importante seguir ciertas reglas, como reforzar al mismo tiempo conductas alternativas a la castigada, aplicarlo inmediatamente después de la conducta que se quiere suprimir, o ser constante (ya que castigar una conducta solo a veces produce un efecto contrario al que se desea).

PSICOLOGÍA GESTALT

La teoría de la Gestalt, o teoría de la *forma*, nace en el medio de una revolución paradigmática sin precedentes en el mundo de la ciencia, promediando el año 1912. Nutrida de los más recientes avances en el campo de la física, se asentó sobre los postulados filosóficos del existencialismo y la fenomenología. Más adelante, se pudo notar cómo el budismo Zen también ejerció una influencia decisiva en la formulación de esta particular y renovada perspectiva, así como en su posterior incursión por el campo clínico, cristalizada en la creación de la Terapia Gestalt.

En esta clase haremos un breve recorrido por las bases epistemológicas que dan sentido y coherencia a la mirada gestáltica, para luego centrarnos más específicamente en cómo se concibe el aprendizaje desde ella. Por último, haremos una referencia a la terapia Gestalt y sus postulados esenciales.

PRINCIPIOS BÁSICOS

La teoría de la Gestalt nace en 1912, a través de los psicólogos científicos alemanes Max Wertheimer, Wolfgang Köhler y Kurt Koffka, como una respuesta contundente a las teorías científicas predominantes en la época: el estructuralismo de Wundt y el conductismo de Watson, teorías de corte elementalista y asociacionista.

El elementalismo sugiere la idea de que el todo estructural puede dividirse, con el fin de estudiar cada parte diseccionada por separado y conocer así su naturaleza. El psicoanálisis es también una teoría elementalista, que aísla al sujeto de su relación con el mundo y estudia las causas lineales de su comportamiento actual en función de un inconsciente determinista.

El asociacionismo reaccionó al elementalismo, pero conservó la matriz mecanicista que le dio vida a este último. Propusieron lo inverso al estudio de la parte aislada de su entorno, enfocándose en considerar que es el entorno el que moldea la conducta del sujeto, a través de estímulos que lo van condicionando en un determinado sentido.

El asociacionismo consideraba que los procesos mentales no pueden estudiarse, y postulaba la idea de la "caja negra". El psicoanálisis elementalista hacía lo mismo pero a la inversa: la caja negra estaba en el entorno, el sujeto puede ser analizado independientemente de la influencia de su contexto.

Epistemológicamente, podemos decir que ambos modelos teóricos están emparentados en una serie de supuestos básicos:

- **La causalidad lineal:** A toda causa sigue un efecto. El agente causal de los síntomas actuales de la persona está vinculado con traumas infantiles, o bien un estímulo dado genera una respuesta determinada.
- **La postura mecanicista:** El ser humano no tiene voluntad propia ni capacidad de decisión. Esta predeterminado como una máquina a actuar de una determinada forma, esclavizado ya sea por los estímulos externos o bien por un inconsciente absoluto
- **El aislacionismo:** Despoja al sujeto de toda relación con la realidad. Esta última no es un todo significativo que lo comprende y le da sentido, sino un objeto exterior, equivalente al sujeto, del cual el mismo extrae estímulos que lo condicionan o simples observaciones que incorporar a su compleja trama inconsciente. Se habla de una persona que está “con” el mundo, y no “en” el mundo.

La Gestalt reacciona a la tesis elementalista – asociacionista proponiendo un enfoque de tipo estructuralista: **el todo (estructura) es mayor a la suma de las partes.**

Vayamos a un ejemplo práctico que defina bien que significa esto. Si extraemos una frase cualquiera de un libro determinado, podemos entenderla aislada del contexto que le dio forma y sentido, y concluir algo muy diferente sobre lo que desea transmitir a cómo la entenderíamos siguiendo la línea lógica de razonamiento que se plantea en el contexto envolvente del libro.

La frase “9 de julio” ¿significa algo para nosotros?

Lógicamente, es una fecha patria sumamente importante para los argentinos. Sin embargo, para un colombiano... ¿Qué significa “9 de julio”?

De esta forma, los gestaltistas postulaban que nuestra percepción del mundo es holística y dinámica, está envuelta en un todo mayor que la estructura y le da un sentido. Es el todo el que otorga un significado dado a los elementos aislados, y por lo tanto somos personas que estamos “en” el mundo, no separados de él en una burbuja privada.

Este cambio tan radical en cómo concebir la realidad partió de la influencia inequívoca de la fenomenología de Husserl, que planteaba que debemos centrarnos en la descripción de los fenómenos y no en su explicación. Del mismo modo, vemos una influencia importante gestada en el existencialismo, que consideraba la existencia universal algo trascendental a las impresiones subjetivas

(esencia) de cada persona, y por lo tanto, precedente y estructurante de las mismas.

La teoría gestáltica se apoyó, también, en los descubrimientos realizados por la teoría de la Relatividad de Einstein y la física Cuántica, quienes barrieron con los postulados absolutistas de la física mecánica de Newton, asiento epistemológico irrevocable del psicoanálisis freudiano y el conductismo watsoniano.

Newton llegó a considerar que su teoría de la física explicaba todas las leyes del Universo, y rigió paradigmáticamente sin objeciones de ningún tipo durante 4 siglos. Consideraba que el tiempo y el espacio son entidades absolutas, y que el átomo era la unidad fundamental, a partir de la cual se crea la materia como una entidad sólida e impenetrable.

Sin embargo, los físicos cuánticos demostraron que el átomo se halla compuesto en su interior por electrones y un núcleo, que a su vez se subdivide en neutrones y protones. Luego descubrieron que estos también se hallan compuestos por múltiples formas de vida más microscópicas. Actualmente se piensa de que no existe una unidad fundamental, y que absolutamente todo lo que vemos es espacio vacío que genera una ilusión aparente de forma sólida.

Básicamente, los físicos cuánticos estaban diciéndonos que somos seres que afectamos inevitablemente nuestra propia percepción del mundo y lo transformamos. Estamos en el mundo, percibiendo lo que nuestro umbral de conciencia nos permite captar, pero absolutamente inconscientes de las leyes que rigen la realidad real, caóticas y racionalmente inexplicables.

Tomando nota de esta observación, también enfatizada por Einstein, los psicólogos de la forma hicieron hincapié en que el ser humano percibe la realidad de acuerdo a estructuras cognitivas que dan un sentido a los fenómenos externos. Así sugirieron la existencia de las *leyes de la percepción*, que nos muestran muy claramente cómo estructuramos el campo perceptivo buscando homogeneidad y uniformidad en un mundo que carece de tales atributos.

Sin embargo, los descubrimientos realizados por la física cuántica y de la relatividad, y su posterior cristalización en la gestalt, tienen un origen mucho más antiguo. La filosofía oriental, y más concretamente el Budismo Zen y el Taoísmo, hablaban de esto 6 siglos antes de Cristo. A Occidente le costó más de 2500 años empezar a llegar a las conclusiones a las que arribaron los filósofos orientales.

De la asociación a la reestructuración, la paradoja del aprendizaje

Sal vez la diferencia esencial entre procesamiento de información y estructuralismo cognitivo resida en la unidad básica de análisis de la que parten. Mientras el procesamiento de información es elementista y parte de las unidades mínimas, considerando que una totalidad puede descomponerse en sus partes, el

enfoque estructuralista parte de unidades más molares en las que el todo no es simplemente la sumatoria de sus componentes.

=====

Aspecto teórico	Teorías Asociacionistas <i>Enfoque basado en la similitud</i>	Teorías Organicistas <i>Enfoque basado en lo conceptual</i>
Representación de conceptos	Estructuras de similitud Lista de atributos Atributos correlacionados	Atributos correlacionados más principios que determinan qué correlaciones se detectan
Definición de categorías	Varias medidas de similitud y suma de atributos	Un principio explicativo común a los miembros de la categoría
Unidades de análisis	Atributos	Atributos más relaciones entre atributos y conceptos explícitamente representados
Base de categorización	Emparejamiento de atributos	Emparejamiento más procesos inferenciales proporcionados por los principios subyacentes
Ponderación de atributos	Validez y saliencia de atributos	Determinado en parte por la importancia de los principios subyacentes
Estructura interconceptual	Jerarquía basada en atributos compartidos	Red formada por relaciones causales y explicativas así como aquellas propiedades compartidas que se consideren relevantes
Desarrollo conceptual	Incremento de rasgos	Cambiar la organización y las explicaciones de los conceptos como resultado del conocimiento sobre el mundo

Murphy y Medin (1985)

educacion.idoneos.com

Modos diferentes de entender el constructivismo

Las teorías de la reestructuración consideran el cambio como un proceso inherente al organismo, por lo que adoptan una posición organicista. La diferencia esencial entre ambos enfoques reside en la posición que presentan respecto al constructivismo:

El **asociacionismo computacional** parte de un constructivismo estático que, dependiendo del principio de correspondencia entre las representaciones y el mundo, asume que el sujeto interpreta la realidad a partir de sus conocimiento anteriores.

Las **teorías de la reestructuración**, suponen además un constructivismo dinámico por el que no solo se construyen interpretaciones de la realidad a partir de conocimientos anteriores sino que también se construyen esos mismos conocimiento en forma de teorías.

La Gestalt o el aprendizaje por "insight"

"Nadie puede comprender una partida de ajedrez si únicamente observa los movimientos que se verifican en una esquina del tablero" Kohler

La **Gestalt** rechaza los principios del asociacionismo, en la medida que éste considera el conocimiento como una suma de partes pre-existentes. Por el contrario, concibe que la unidad mínima de análisis es la estructura o globalidad.

PENSAMIENTO PRODUCTIVO Y REPRODUCTIVO

Wertheimer (1945) postuló que todo sujeto puede aprender de dos formas: a través del pensamiento reproductivo y el pensamiento productivo.

El pensamiento reproductivo sería aquel que está relacionado simplemente con la aplicación de destrezas o conocimientos adquiridos con anterioridad a situaciones nuevas. Es un aprendizaje de tipo *memorístico*, y no implica una comprensión real del problema.

El pensamiento productivo, en cambio, implica el descubrimiento de una nueva organización perceptiva a un problema, una *comprensión real* del mismo.

REESTRUCTURACION POR INSIGHT

¿Cómo se produce la reestructuración? Los gestaltistas creen que la reestructuración tiene lugar por **insight o comprensión súbita del problema**. En sus clásicos estudios realizados con monos durante su estancia obligada en Tenerife en la Primera Guerra Mundial, Kohler observó cómo revolvían sus sujetos un problema significativo para ellos: estando encerrados en una caja en la que hay unos cestos quieren tomar unos plátanos colgados del techo que están lejos de su alcance. Los monos, tras varios intentos baldíos y un período de reflexión, acaban por amontonar los cestos y subidos a ellos alcanzar los plátanos y comérselos triunfalmente. A diferencia de los estudios de los conductistas, en los que los animales aprenden por ensayo y error, los monos de Kohler aprenden reorganizando los elementos del problema tras una profunda reflexión.

Las diferencias entre ambos estudios fueron subrayadas con su ironía habitual por Bertrand Russell (1927) *"Los animales estudiados por los americanos se precipitan frenéticamente, de forma increíblemente apresurada y vigorosa, y al*

final alcanzar por azar el resultado deseado. Los animales observados por los alemanes se sientan tranquilamente y piensan y por fin obtienen la solución a partir de su conciencia interna"

Mientras los sujetos del conductismo aprenden de modo asociativo, los de la gestalt lo hacen por "insight". La asociación dejaría de ser un enlace de elementos "ciego" a la estructura, para interpretarse como la comprensión de la relación estructural entre una serie de elementos que se requieren unos a otros. El ensayo y el error, dentro de este marco teórico, dejaría de ser aleatorio para convertirse en una comprobación estructural de hipótesis significativas.

En el enfoque de la gestalt el sujeto aprende a través de la reinterpretación de sus fracasos (y no sólo mediante le éxito) en la medida que comprende las razones estructurales que han hecho posible dicho éxito (o fracaso).

¿Cuáles son las condiciones para que se produzca el "insight"?

Las formulaciones de la Gestalt en este sentido resultan muy vagas ya que no proporciona una explicación sobre la influencia de la experiencia basada en la comprensión súbita de un problema.

Si bien el "insight" es definido como un proceso repentino o inmediato, algunos gestaltistas admiten que la llegada a ese punto puede requerir un largo proceso de preparación. Pero en conclusión, es sabido que la gestalt no ofrece una explicación de la experiencia pasada en la comprensión súbita del problema. En términos generales, cuando una tarea o problema tenga varias estructuras posibles, y alguna de ellas resulte más inmediata o fácil de percibir para el sujeto, la reestructuración resultará más difícil. Lo que sí parece estar demostrado es que al experiencia previa puede en muchos contextos puede obstaculizar e incluso impedir la reestructuración, aunque en muchas otras ocasiones ha de ser fundamental para que ésta se produzca.

La experiencia previa con un problema ayuda a la solución de problemas estructuralmente similares o al menos que contienen ciertos rasgos estructurales comunes mientras que pueden entorpecer cuando las tareas eligen soluciones nuevas o productivas, produciéndose un fenómeno de fijeza estructural.

Innatismo:

El problema es que al afirmar la influencia de la organización o estructura pero negar (o al menos no establecer explícitamente) la relación inversa de la asociación a la estructura, los gestaltistas están recurriendo en una paradoja: admitiendo que todo lo que se aprende es efecto de una organización precedente

¿de dónde es que surge ésta organización? Si las nuevas estructuras están contenidas ya en las estructuras anteriores, en realidad, se está negando la posibilidad de aprendizaje y se está hablando exclusivamente de maduración. Si no están contenidas, entonces, es necesario explicar su origen: no es contradictorio entonces que la gestalt defendiera un carácter innato en las leyes de percepción y organización del conocimiento

¿Es "insight" el "insight"?

Ya Vigotsky criticaba a los gestatistas porque no explicaban los aspectos semánticos del conocimiento. Aunque si bien pretendían estudiar la conducta significativa, no discernían entre percepción y pensamiento. En efecto, de acuerdo a Vigotsky, los procesos de reestructuración perceptiva y conceptual son diferentes. La toma de conciencia o "insight" adquiere dimensiones distintas en uno y otro caso. En el caso de lo conceptual demanda una reflexión sobre el propio pensamiento que no está necesariamente presente en el "insight" perceptivo. Reisnick observa incluso que el sentimiento de comprender repentinamente no necesariamente se corresponde con un auténtico aprendizaje (en el sentido que puede no generar una reestructuración cognitiva) sino más bien con la toma de conciencia de un aprendizaje que se produjo previamente.

Asimilación y Acomodación

En términos psicológicos, la asimilación sería el proceso por el cual el sujeto interpreta la información que proviene del medio, en función de sus esquemas o estructuras conceptuales disponibles. Así frente a la lámina V de Rorschach, muchos verán un murciélagos o tal vez una mariposa. Esto es, que frente a un estímulo de significado ambiguo éste es asimilado a los conceptos disponibles en la mente del observador.

... pero seamos realistas!

Si el conocimiento se basara tan solo en la asimilación, viviríamos en un mundo de fantasías y fabulaciones en el cual las cosas no serían lo que son sino lo que nosotros pretendíramos. Aunque impongamos al mundo nuestros propios significados, el mundo parece regirse por "leyes" que a menudo nos son desconocidas. Por ello, es necesario el proceso complementario que Piaget denomina "acomodación". Gracias al él nuestros conceptos e ideas van adaptándose a las características vagas pero reales del mundo.

Pero la acomodación no solo explica la tendencia de nuestros conocimientos o esquemas de asimilación a adecuarse a la realidad sino que, sobre todo, sirve para explicar el cambio de esos esquemas cuando la adecuación no se produce. Pero la acomodación, supone no solo una modificación de los esquemas previos en función de la información asimilada, sino también una nueva asimilación o reinterpretación de los datos o conocimientos en función de los nuevos esquemas construidos.

Problemas:

Al afirmar la influencia de la organización o estructura pero negar (o al menos no establecer explícitamente) la relación inversa de la asociación a la estructura, los gestaltistas están recurriendo en una paradoja: admitiendo que todo lo que se aprende es efecto de una organización precedente ¿de dónde es que surge ésta organización? Si las nuevas estructuras están contenidas ya en las estructuras anteriores, en realidad, se está negando la posibilidad de aprendizaje y se está hablando exclusivamente de maduración. Si no están contenidas, entonces, es necesario explicar su origen: no es contradictorio entonces que la Gestalt defendiera un carácter innato en las leyes de percepción y organización del conocimiento.

También podemos observar que el sentimiento de comprender repentinamente no necesariamente se corresponde con un auténtico aprendizaje (en el sentido que puede no generar una reestructuración cognitiva) sino más bien con la toma de conciencia de un aprendizaje que se produjo previamente.

Se puede tomar conciencia de algo que ya está presente.

Incapacidad de la Gestalt para relacionar la acumulación de conocimientos con la reestructuración.

Vigotsky criticaba a la Gestalt por su incapacidad para explicar los aspectos semánticos (**estudio de los signos lingüísticos y de sus combinaciones, desde un punto de vista sincrónico o diacrónico**) del conocimiento.

PROBLEMAS DE LA TEORÍA GESTALTICA

Se han hecho críticas importantes al modelo gestáltico. Podemos mencionar algunas:

- Al hablar de estructuras cognitivas sujetas a procesos de renovación y reformación a través del Insight, la Gestalt está dando a entender que estas estructuras son innatas, puesto que ¿Cuándo se originan?.
- Al hablar de estructuras que son resignificadas, y no de estructuras nuevas que reemplazan a viejas, la Gestalt no se focaliza en el aprendizaje, sino en la *maduración*.
- Vigotsky también señaló que la Gestalt confunde “percepción” con “pensamiento”. El Insight que es producto de una reflexión de lo aprendido es muy distinto de aquel que se produce de manera súbita, por un acto perceptivo. Ambas son dimensiones diferentes del aprendizaje

LA TERAPIA GESTÁLTICA

La Terapia Gestalt fue fundada en 1952 por el psiquiatra alemán Fritz Perls, junto a un importante grupo de colaboradores, entre los que se destacaron Paul Goodman, Isidore From, Paul Weisz, y la esposa de Perls, Laura, entre otros.

Podemos considerar que la gestáltica es una terapia de tipo humanística – existencial, al igual que la Logoterapia de Viktor Frankl, puesto que centra su visión de la realidad y modos operativos en el ser humano como totalidad, y considerándolo desde la perspectiva epistemológica del existencialismo y la fenomenología.

Perls consideró la suya una terapia Gestáltica en tanto que se halla basada en los principios fundamentales del modelo teórico de la Gestalt

La terapia gestáltica forma parte de una importante corriente de terapias centradas en la revalorización de lo humano, que reaccionaron al reduccionismo psicoanalítico y conductista, que a su entender consideraban al hombre como un frío objeto de estudio y no se esplayaban en ayudarlo a conocer e incrementar sus recursos potenciales.

La **TERAPIA GESTALT** se propone:

- 1) **Satisfacer las necesidades emocionales del paciente**
- 2) **Ayudarlo a reconocerse como alguien único y diferente de todos los otros**

3) Acompañarlo en el proceso de auto – realización

Para la Terapia Gestalt, el hombre forma parte de un mundo que lo envuelve, una realidad que lo contiene y otorga un sentido en su existencia. Cada uno deberá descubrir, a través de la terapia, cuál es su camino en pos de la realización personal.

Podemos mencionar 3 principios fundamentales que caracterizan a la Terapia Gestalt:

- 1) Es una terapia **holística**. En tanto que considera al hombre como parte de un todo mayor (realidad) que lo envuelve
- 2) Es una terapia centrada en el **aquí y ahora**. Por lo tanto, se focaliza en ayudar al paciente a reconocer sus sentimientos y emociones actuales y no las supuestas causas racionales de su sufrimiento.
- 3) Es una terapia que **enfatiza en lo relacional**, puesto que el hombre, para la consecución de sus metas en la vida, necesita de los otros tanto como los otros lo necesitan.

REGLAS BÁSICAS DE LA TERAPIA GESTALT

En esta forma de terapia, se busca optimizar la experiencia actual, llevar a la persona al reencuentro con sus emociones primarias, es decir, aquellas que se hallan camufladas y distorsionadas por la primacía de lo intelectual.

Hay una serie de reglas básicas que orientan la terapia:

- 1) Sustituye los “**porque**” del paciente por los “**como**”, tanto cuando este intenta explicar porque le pasa lo que le pasa como cuando intenta obviar la descripción fenoménica de lo sucedido y sustituirla por una teoría propia.

Ejemplo 1 :

Juan: *La otra noche me peleé con Sara...viene siendo una maldita costumbre...eso me pasa porque yo...*

Terapeuta: *Aguarde un momento...cuénteme **cómo** le pasó eso. Dígame que fue sucediendo primero, intente describirme el hecho*

- 2) Al terapeuta gestáltico no le interesa saber que sucedió en la historia de la persona. Se puede hablar de su pasado, siempre que pueda experimentarlo **aquí y ahora**. El énfasis está puesto en **describir lo que se siente**, no en explicarlo.

Ejemplo 2:

Juan: *De hecho, el otro día me volví a olvidar de saludarla...eso me recuerda a una vez que...*

Terapeuta: *¿Por qué no me cuenta mejor como se siente ahora que me está contando esto?*

3) La Gestalt intenta **suprimir por completo las generalizaciones**, pues las considera una artimaña intelectual para evitar concentrarnos en lo que realmente pensamos y sentimos de la vida

Ejemplo 3:

Juan: *Y volvió a pasar lo mismo, como siempre en este trabajo ... a la gente de este país no le interesa un comino el otro ...*

Terapeuta: *Aguarde un momento ... usted no es "la gente". ¿Por qué no me dice lo que opina usted de eso? ¿a usted le importan los otros?*

4) La Gestalt intenta hacer notar a cada persona que ella es **única e irrepetible**, algo que se pierde en medio de las teorías abstractas que construimos de la vida, impregnadas de una "noción comparativa de todo y todos" perjudicial.

Ejemplo 4:

Juan: *Licenciada ... ¿alguna vez escuchó algo semejante a esto que me pasa a mí?*

Terapeuta: *No lo escuché ni lo voy a escuchar jamás. Lo que le pasa a usted no le puede pasar a nadie más.*

5) La Gestalt considera la **unión entre cuerpo y mente**. Somos seres totales, y debemos retornar a la vivencia de nuestras sensaciones y emociones corporales evitando la fragmentación a la que nos somete la abstracción

Ejemplo 5:

Juan: *Siento una angustia tremenda ... no sé cómo describirla ...*

Terapeuta: *Concéntrate en lo que sentís en tus piernas ... ¿Cómo describirías lo que sentís en tus piernas?*

Juan: *Están ... tiesas ... rígidas, estoy tenso ...*

6) La Gestalt considera dañinos los "deberías" de la sociedad, e intenta llevar a la persona a olvidarse de que las cosas deberían ser de otra forma

Ejemplo 6:

Juan: *Y si ... la verdad que tendría que estudiar mas*

Terapeuta: *Estas estudiando esto. Si a tus pensamientos no le satisfacen, que estudien ellos por vos, a ver si pueden*

Si la persona logra descubrir “que” está haciendo y “como” lo hace, sin recurrir a las frecuentes abstracciones teóricas que lo alejan de la vivencia concreta, ya no va a necesitar saber “porque” le pasa lo que le pasa, ni tampoco necesitará ser una persona que no es.

LA NEUROSIS PARA LA GESTALT

Para la Gestalt, la Neurosis no obedece a deseos reprimidos ni a recuerdos infantiles sepultados, sino que se forma a partir de una serie de **GESTALTS INACABADAS**: Experiencias que no han sido cerradas para el sujeto, quedando como eventos sin explicación ni lógica, fragmentos del rompecabezas mental que no encajan en ningún lado.

Básicamente, consideran que el en todos nosotros debe cumplirse un ciclo vital normal:

- 1) Se despierta una necesidad en mi
- 2) Busco los medios para satisfacerla
- 3) La satisfago, con lo que cierro el círculo.

Cuando la experiencia vivida fue interrumpida en alguno de estos puntos, la persona sufre de una necesidad insatisfecha, que queda “desprendida” o desintegrada de la estructura total de su personalidad.

MECANISMOS NEURÓTICOS

La persona neurótica despliega toda una serie de conductas observables que deben ser detectadas por el terapeuta para sacarlas a la superficie y discutirlas en terapia:

1. **INTROYECCIÓN**: La persona hace propios pensamientos y sentimientos de otros. Cuando el introyector dice “yo pienso” está diciéndonos, en realidad, “ellos piensan”.

Ejemplo:

Juan: *Y mira ... yo creo que no sería bueno que vaya a la fiesta*

Terapeuta: *¿Realmente crees eso? ¿no era eso lo que te dijo Sara que hagas?*

Juan: *Si ... pero yo pienso lo mismo*

Terapeuta: *¿Estás seguro de que piensas lo mismo? ¿Qué sentís ahora mismo?*

Juan: *... Unas ganas tremendas de ir a esa fiesta.*

Terapeuta: *¿Entonces? ...*

2. PROYECCIÓN. Es el concepto psicoanalítico, que nos dice de una depositación en el otro de pensamientos o sentimientos propios. Cuando el proyector dice “creo que no me quieras” nos está diciendo “no te quiero”.

3. CONFLUENCIA. Es un estado de fusión indiferenciada del yo con el mundo. El confluente no sabe dónde está el límite que lo separa de los demás, y por lo tanto desconoce de cuáles son sus verdaderos sentimientos.

4. RETROFLEXIÓN. Es un mecanismo que opera en las personas que se hacen a sí mismas aquello que desean hacerle a los otros. Esto parte de una dificultad para integrar el “yo”. Cuando habla, tiende a referirse a sí mismo como si se tratara de otra persona, sin sentir que está hablando en primera persona.

Ejemplo: “Siento vergüenza de mí mismo” “Lo hago por mí mismo” etc.

5. DEFLEXIÓN. Es un mecanismo evasivo, a través del cual la persona habla de cosas sin la menor importancia para ella y da rodeos para no entrar en cuestión.

6. PROFLEXIÓN. Consiste en hacer a los otros lo que quisiéramos que ellos hagan con nosotros. Por ejemplo: halagar y admirar a alguien que en el fondo no nos genera dicha admiración.

La finalidad de la terapia Gestalt es la de llevar al paciente al reencuentro con sus verdaderos sentimientos y pensamientos, y aceptarse tal como es. Para que esto suceda, debe producirse lo que llaman *awareness* (Darse cuenta): la persona debe tomar conciencia de qué está haciendo y cómo en el momento en que lo hace. Así se cierran las gestalts inconclusas. Nuestro sufrimiento parte de nuestra ignorancia respecto de quienes somos y de una falta de aceptación de quienes somos.

PSICOLOGÍA PSICOANALÍTICA

El psicoanálisis como teoría del inconsciente

Podemos considerar al psicoanálisis como una teoría de gran influencia en diferentes ámbitos de la psicología clínica a nivel mundial, que ha perdido peso con el correr de los años en función del avance de la ciencia psicológica y el progresivo desnudamiento de su inoperancia práctica a la hora de llevar adelante tratamientos psicoterapéuticos no vinculados con la neurosis histérica.

El responsable del nacimiento del psicoanálisis fue Sigmund Freud, médico neurólogo vienes nacido en 1848, quien comenzó a realizar estudios sobre pacientes que manifestaban padecimientos orgánicos sin causa aparente. En su primer publicación, "Estudios sobre la histeria", Freud propone los principios que más adelante consagraron lo que se conoce como el descubrimiento definitivo de lo inconsciente en Occidente, al sugerir que el sujeto no solo actúa desde su conciencia racional, sino que se encuentra atado (determinado psíquicamente) por fuerzas provenientes de un sector desconocido de la naturaleza psíquica del hombre, el inconsciente.

La existencia de un inconsciente fue intuida y nombrada por diversos autores de la filosofía oriental, y formaba parte inexorable del pensamiento Zen, entre otros. Sin embargo, mientras en Oriente se consideraba el inconsciente como una energía universal dinámica y movilizadora del espíritu, Freud otorgó a este fenómeno una perspectiva racionalista, agnóstica, y mecanicista que la diferencia. De acuerdo con este autor, el inconsciente es un "depósito de pulsiones sexuales reprimidas" que opera sobre todos nosotros, ejerciendo su influencia sobre lo que hacemos y decimos a cada momento.

La represión de las pulsiones, el complejo de Edipo y la prohibición del incesto

Al referirnos a que lo inconsciente se constituye de pulsiones sexuales reprimidas, estamos haciendo alusión a los impulsos sexuales espontáneos que todos experimentamos cuando niños hacia nuestro progenitor del sexo opuesto. Freud formula un concepto nuclear en su teoría cuando menciona la existencia del *complejo de Edipo*, de acuerdo al cual todo niño sufre de un enamoramiento

precoz por su madre y toda niña por su padre. En 1912, Freud publica "El sepultamiento del complejo de Edipo", artículo en el que describe cómo es posible que estas pulsiones sexuales espontáneas y naturales sean reprimidas.

Podemos decir que el niño nace y se forma en una relación diádica de apego con la madre, un estado de mutuo enamoramiento necesario para la subsistencia del niño y su correcta formación psicológica. No obstante, para que este vínculo no perdure más allá de lo razonable y genere condiciones propiciantes de un potencial padecimiento sicótico (revisar apunte sobre *nociónes introductorias a la psicopatología psicoanalítica*), la madre debe hacer lugar al padre, para que este se erija en figura de autoridad y corte de raíz el vínculo amoroso que une a su hijo con su mujer. Al aparecer en escena el padre, este obliga al niño a mirar afuera del seno familiar y buscar una sustituta de su madre en una mujer de otra familia. Con esto, el padre establece lo que Freud dio en llamar *prohibición del incesto*.

A través de esta prohibición del incesto, el niño ve sepultado su complejo de Edipo y al mismo tiempo ve cómo nace un sustituto psíquico que le recordará siempre su deber de no sentir deseos sexuales hacia un miembro de la familia: el súper – yo.

Estructuración del psiquismo: Ello, Yo, y Super – Yo

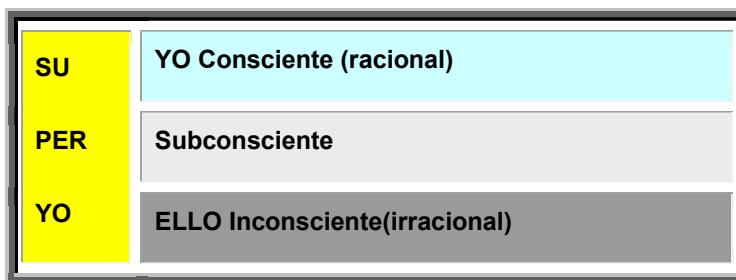
Para Freud la personalidad se estructura en tres niveles o estratos: el *id* (**ello**), el *ego* (**yo**) y el *súper-ego* (**súper-yo**). Cada una de ellas cumple una función y se desarrolla en distinta fase de nuestro desarrollo.

El **ello** está presente al nacer y estaría constituido por necesidades tan básicas como el hambre, la sed y la sexualidad, a las cuales llamó **instinto de vida**, que estarían alimentados por una forma de energía llamada **libido**. Al instinto de vida lo denominó **eros** (nombre del dios griego del amor). Pero el ello contiene, también -implícito-, el **thanatos** o instinto de muerte y al que hace responsable de la agresividad y la destrucción. El *id* opera, por tanto, mediante el principio del placer. El bebé hambriento llora para ser alimentado, sin importarle si su madre, por ejemplo, está dormida; porque para él su necesidad es primordial y no parará en sus demandas hasta que no esté saciada aquella necesidad.

Para Freud estos instintos están en la base de todo comportamiento humano. Aunque no siempre satisfacemos los instintos directamente. Así, por ejemplo, reprimimos el deseo de gritar a nuestro jefe y gritamos en casa al primer miembro de nuestra familia que tiene la "suerte" de tropezar con nosotros.

- **Yo ± (jinete)** es el que controla el caballo (el ello).

- **Ello ±** (caballo) hace *lo que le da la gana*
- **Superyo ±** (entrenador) las normas de juego.



El **ego** (yo) se desarrolla después del nacimiento, cuando el niño se da cuenta de que no todo lo que quiere lo obtiene automáticamente y por tanto tendrá que buscar la manera de conseguirlo. Este proceso es conocido como **la prueba de la realidad**. Así el bebé, gobernado por su ello (irracional e inconsciente) llora en la cuna hasta que es alimentado; mientras el yo (racional y consciente) piensa y actúa según el análisis de la situación: posibilidad de gatear hasta alcanzar unas galletas que se encuentran en la mesita de noche.

El **súper-ego** (súper-yo) aparece en la primera infancia. Opera mediante lo que se podría llamar "**principio de perfección**". Representa los valores que los padres y educadores van comunicando al niño/a como ideales. El súper-yo procura que el niño interiorice los conceptos de bueno/malo para que pueda, de este modo, controlar su propia conducta, de acuerdo a su propio criterio. En definitiva que sea capaz de juzgar sobre una acción si ésta es buena o mala.

El súper-yo está formado por el yo ideal (el deber) y la conciencia (lo que no debemos hacer, aquellos por lo que somos castigados). Es decir el súper-yo es el *amo moral* del alma, está en oposición tanto con el id como con el ego, ya que es irracional como el primero pero controlador como el ego. Su papel consiste en bloquear la actividad instintiva permanentemente.

Si el súper-ego consigue demasiado éxito produce como resultado una personalidad rígida e inhibida; si fracasa surgirá en nosotros una personalidad antisocial.

Otro aspecto más a destacar en la teoría de la personalidad de Freud el relativo al **Desarrollo Psicosexual**. Según Freud, la personalidad se desarrolla en una secuencia de cinco etapas y da comienzo en la infancia. Éstas reciben el nombre de zonas erógenas. Una persona que no pudo satisfacer sus necesidades en alguna de estas etapas o que estuvo mimada excesivamente en alguna de ella

puede llegar a quedar fijada en una etapa en particular. (oral, anal, uretral, fálica, de latencia, genital).

Freud advirtió que la maduración de la personalidad de un individuo está muy determinada por las tres primeras etapas. Por tanto un elemento fundamental de su teoría es el concepto de la sexualidad infantil, toda vez que piensa que el instinto sexual no aparece de repente en la pubertad, sino que ha estado presente desde el nacimiento, aunque de distinta forma.

Mecanismos de defensa

Normalmente el id, ego y súper ego se hallan en estado de equilibrio entre sí, pero si estas fuerzas se desequilibran surge la ansiedad en el individuo, y para aliviar la presión, el ego pone en marcha una serie de **mecanismos de defensa**. Estos mecanismos suelen ser inconscientes por lo que la persona no se da cuenta de que ha tenido lugar una distorsión y está completamente convencida de que su punto de vista es el correcto. Veamos algunos de los más importantes:

REGRESIÓN:

Tiene lugar cuando el presente lo percibimos como amenazante o desagradable (aunque visto objetivamente no lo sea) y nos refugiamos en experiencias pasadas satisfactorias. El sujeto se considera incapaz de enfrentarse a situaciones o problemas nuevos. Así un niño puede reaccionar ante el nacimiento de un hermano orinándose en la cama y chupándose el pulgar, conductas típicas de cuando fue bebé. Para Freud las neurosis son, en muchos casos, regresiones a los períodos fálico y anal.

PROYECCIÓN:

Mediante este mecanismo se culpa a los demás de las consecuencias de nuestra propia conducta. Así, por ejemplo, solemos emplear en nuestro lenguaje: "He aprobado / Me han suspendido." Otro ejemplo: P. hablará mucho de lo que le odia su hermana cuando el que odia es él. Incluso un hombre podría acusar a su mujer de adulterio, sin ningún motivo aparente, sino porque él mismo se interesa por otras mujeres. Una doble proyección es la que se produce frecuentemente entre conductores de dos automóviles que han colisionado, descargando la responsabilidad el uno en el otro. Alguno de los tipos de maltrato a animales enmascaran un mecanismo de proyección.

FORMACIÓN REACTIVA:

Cuando alguna persona percibe que algunos de sus sentimientos son inaceptables (para ella misma) los reemplaza por los opuestos. Así una mujer que "odia" a su madre, porque siente que favorece más a su hermana que a ella, proclama a grandes voces su amor, expresándolo con regalos extravagantes y detalles exagerados.

RACIONALIZACIÓN:

Cuando el sujeto busca razones lógicas para justificar los acontecimientos y su propia conducta. El problema se encuentra cuando los argumentos están falseados y no se corresponden con la realidad. Es clásico el ejemplo de la fábula de Samaniego *"La zorra y las uvas"*; y la universidad en la que no pudimos entrar, a buen seguro, no es tan divertida como aquella en la que estamos ahora. El novio que perdimos podría habernos privado de conocer a la persona, *"mucho más valiosa"*, con la que salimos ahora.

Es decir, se racionaliza para sentimos mejor cuando hacemos una cosa que uno siente que no debería haber realizado. Así, por ejemplo, en la tienda nos "dan de más" en la vuelta de la compra y decimos: *"la tienda ya me cobra demasiado otras veces, así que esto realmente me pertenece"*.

SUBLIMACION

Término de Freud para el proceso de derivación de la energía pulsional sexual y agresiva hacia actividades culturalmente elevadas y socialmente valorizadas. El concepto de sublimación fue empleado por Freud para dar explicación a ciertas actividades sustentadas por una inclinación o deseo no manifiestamente sexual, por ejemplo la creación artística y la actividad intelectual. La noción de sublimación en la teoría freudiana es escasamente precisa y poco diferenciada de otros procesos, como la idealización, la formación reactiva, la represión, la inhibición. Para M. Klein, la sublimación es un proceso para restaurar objetos cuya bondad ha sido dañada por pulsiones destructoras.

El psicoanálisis en la clínica. Resistencia y transferencia

El psicoanálisis permite que, a través de la libre asociación, permite que el analizante reciba la consigna de decir libremente todo lo que se le ocurra, incluso aquello que juzgue inútil, inadecuado y hasta trivial. Sólo se le exige no omitir ningún pensamiento, aunque sea vergonzoso o penoso. El resultado será la reconstrucción de la historia del sujeto a través de sus recuerdos reprimidos, lo que permite una desaparición del síntoma. El psicoanálisis también se enfrenta

con dos problemas: la resistencia y la transferencia. Rápidamente, el analizante se da cuenta de la dificultad que conlleva expresar sus pensamientos y se resiste a manifestarlos. Paralelamente tiende a desarrollarse una transferencia de sentimientos agradables o desagradables hacia el psicoanálisis o la situación analítica. La resistencia se convierte entonces en la expresión de la transferencia: el trabajo de análisis comienza en realidad cuando se produce en la vida del analizante la repetición de situaciones ya vividas anteriormente, y que superan tanto al psicoanalista como al analizante.

**APORTES DE LA FILOSOFIA ORIENTAL A LA CIENCIA
PSICOLOGICA
Lic. Javier Fermani**

En la historia moderna de la ciencia occidental hemos sido testigos de numerosos descubrimientos, teorías revolucionarias, y hazañas científicas, todas ellas acompañadas del fiel compromiso del pensamiento filosófico contemporáneo. Ahora bien, al echar un vistazo a los libros de historia de la ciencia y la filosofía, podremos notar sin esfuerzo que todo lo que hace al desarrollo de este intento constante del hombre por descubrir la naturaleza de las cosas parece reproducirse solo en el costado occidental del globo. Los aportes del pensamiento oriental han sido prácticamente ignorados por completo, acaso tomados solo aisladamente por ciertos autores como ideas extravagantes y carentes de sustento empírico, diseñadas más para fortalecer la moral de un pueblo asolado por las catástrofes climáticas, como Japón, o bien otro como China, en el que la superpoblación y el hambre fueron factores de riesgo históricos asociados a su crecimiento.

No obstante esto, hoy en día, los avances en el campo de la física y la psicología parecen reconciliar a muchos científicos con la idea de que, tal vez, los filósofos orientales no hallan estado tan desacertados cuando decían cosas tales como que “lo que tiene forma desaparece”, “el vacío alimenta a la materia”, o “el bien y el mal son creaciones arbitrarias”. Hoy en día, 2600 años después de que Lao Tse se manifestara en su pequeño manuscrito de 70 aforismos, “Tao Te Ching” (El camino del hombre), muchos científicos están llegando a la conclusión de que en Occidente nos encontramos descubriendo hoy lo que este sabio chino nos venía anticipando.

El propósito de este breve apunte es hacer un recorrido sencillo por los componentes centrales del pensamiento de tres grandes corrientes orientales, en lo que hace al aporte que realizaron y hoy realizan a la psicología moderna: el Taoísmo chino, el Budismo Zen japonés, y la filosofía de Jiddu Krishnamurti, de la