



N° 6 | 2005
numéro 6 - Janvier 2005

La terapia cognitiva a la luz de la posmodernidad

Augusto Zagmutt Cahbar

Édition électronique :

URL : <https://cpp.numerev.com/articles/revue-6/682-la-terapia-cognitiva-a-la-luz-de-la-posmodernidad>

DOI : 10.34745/numerev_465

ISSN : 1776-274X

Date de publication : 08/01/2005

Cette publication est **sous licence CC-BY-NC-ND** (Creative Commons 2.0 - Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification).

Pour **citer cette publication** : Zagmutt Cahbar, A. (2005). La terapia cognitiva a la luz de la posmodernidad. *Cahiers de Psychologie Politique*, (6).
https://doi.org/https://doi.org/10.34745/numerev_465

Mots-clefs :

Reconozco que el título que he escogido para mi conferencia puede sonar algo presuntuoso.

Sin embargo no es más que una forma de expresar mi intención de compartir las transformaciones personales que he experimentado en mi ejercicio profesional en mis más de 30 años de psicoterapeuta.

El comienzo de la vida profesional se caracteriza en general por la búsqueda del joven que se inicia de poder cumplir con la demanda de su momento de vida.

Vale decir el momento de alguien que es empujado por el terremoto epistemológico de la adolescencia a generar un papel de actor único y central de su propia vida a través de un proyecto personal que lo trascienda.

Una vez que el proyecto se ha formalizado y el joven ya es profesional llegó el momento de poner a prueba si este proyecto fue un acierto o fue un error. Si era una buena decisión o simplemente una fantasía enganosa

Esto hace que la mayoría de los que nos iniciamos en esos momentos estuvimos avidos de resultados inmediatos que nos confirmaran en nuestro ser.

No es raro entonces que nos hayamos centrado en los aspectos técnicos más concretos e inmediatos de nuestro quehacer que son los que nos darán la ansiada confirmación.

Así es como nos dejamos llevar inicialmente por la ola de la moda que está vigente sin entrar a un mayor cuestionamiento de nuestro quehacer. .

Recién cuando estamos con el proyecto en marcha empezamos a advertir ciertas discrepancias y surgen inquietudes acerca de aquello que de alguna manera ejecutamos de manera automática. .

Estas discrepancias son las que finalmente llevan a un cuestionamiento crítico de aquello que uno está haciendo y lo hace revisar su quehacer en un panorama mayor que permita una perspectiva que permita hacer cambios. =

Nos encontramos aquí hablando de Terapia Cognitiva y entonces es el momento de discutir acerca de cuál es el fundamento de por qué estamos acá hablando de este tema. De por qué somos y nos definimos como miembros de la familia de las terapias cognitivas.

Hablar de esto implica hablar de que entendemos por conocimiento y lo que yo quisiera lograr hoy es contextualizar nuestra identidad como miembros de este grupo de profesionales a la luz de la evolución de la cognición humana.

DE LA NARRACION A LA CIENCIA : la EVOLUCION DEL PENSAMIENTO OCCIDENTAL

=

ALFABETO : TRANSFORMACION DE LAS CATEGORIAS MENTALES

El paso crítico en la transformación de la mente humana a ser como la conocemos actualmente ocurrió en la Siria palestina alrededor del siglo X antes de Cristo. Los fenicios, pueblo de comerciantes que habitaban esa tierra debieron inventar un modo más eficiente de registrar sus transacciones y agilizar sus intercambios e hicieron una transformación genial en la escritura hasta ese tiempo conocida. Inventaron el primer alfabeto, con 22 caracteres el cual es el origen de todas las demás lenguas actuales. La característica principal de este tipo de escritura es el hecho de que el grafema ya no equivale a un objeto o idea, sino a un elemento lingüístico. Vale decir por primera vez el sonido es escrito. La ventaja que presenta es que con un inventario muy reducido y cerrado de grafías puede representarse un número ilimitado de palabras y mensajes lingüísticos, incluidas las nociones abstractas.

La evolución de este primer alfabeto fenicio y su adopción por los griegos que lo transformaron fue la base de un cambio total de las categorías mentales humanas.

El paso de un mundo oral a un mundo escritural

MUNDO FACTUAL Y MUNDO ORAL

=

La gran revolución del alfabeto fenicio fue poder visualizar el sonido. Sabemos que el sonido es probablemente la modalidad sensorial más efímera y que el hombre es en esencia un animal visual.

El mundo oral es una evolución humana que es la primera diferenciación con el resto de los animales. Si bien los animales tienen un lenguaje este es en lo esencial un lenguaje factual. Esto significa un lenguaje que especifica el momento, lo que está ocurriendo aquí y ahora pero no tiene un carácter narrativo. ▀

El mundo oral es la emergencia humana de la sincronía y reciprocidad en un camino divergente en la evolución de las especies. A través del lenguaje oral narrativo la especie se da un sentido de conciencia de sí elemental pero cualitativamente diferente a los otros animales aun cuando esta es una conciencia colectivamente distribuida. No hay aun una interioridad individual diferenciada de la conciencia colectiva.

En el mundo oral todo ocurría en el sonido momento a momento sin que lo ocurrido permaneciera más allá. En un mundo así la dimensión narrativa histórica solo es posible

mediante la conexión de conjuntos de eventos por medio de reglas que permitan memorizarlo oralmente. El método era repetir continuamente los sucesos significativos para el grupo de pertenencia haciendo conexiones rítmicas. Un cuento se asocia a otros cuentos, no por contenidos lógicos, sino por asonancias rítmicas tal como lo hacen los niños. Un niño pide que le cuenten sus cuentos favoritos siempre de la misma manera repitiendo las mismas palabras una y otra vez en una cadencia.

El tipo de secuencia de la narrativa del mundo oral carece una secuencia lógica bien estructurada. Es solamente rítmica.

En el mundo oral también falta el paralelismo entre la narración que hacemos, el cuento y el orden experiencial, cronológico, que pertenece al contexto social al cual adherimos. La narración oral dependía del contexto y por lo tanto la narración no existía independientemente, en sí misma. La narración era constantemente cambiada dependiendo de los eventos circunstanciales que rodeaban al relato. Es una narrativa que podemos definir como Narrativa Épica

Es por esto que los arqueólogos consideran que no existe evidencia alguna de los relatos bíblicos anteriores al siglo IX antes de Cristo ya que el relato carece de fundamento más allá del momento en que fue efectuado.

=

Es un mundo donde no hay separación entre persona y lenguaje y la narrativa carece de secuencia cronológica, de secuencia causal ni secuencia temática. Guido comentaba como ejemplo que en la literatura sudamericana es el caso del realismo mágico en el cual no se distingue imaginación, de percepción, de alucinación, de recuerdo, es todo un conjunto. Es algo parecido a lo que era el mundo oral antes de que existiera el alfabeto.

Lo central es la acción. Es un mundo que no posee distinciones entre pensamientos, emociones, sensaciones, percepciones. Es un mundo en el cual es imposible hacer categorías

El mundo oral es un mundo de acción. un mundo inmediato. Es un mundo en el cual la conciencia de sí mismo es una conciencia inmediata y no una autoconciencia y en el cual el conocedor y lo conocido se superponen, no se diferencian.

=

El pensamiento humano con capacidad de abstracción conceptual empieza solamente con el mundo escritural.

=

El Mundo Escritural.

En el mundo escritural encontramos por primera vez una trama narrativa en secuencia.

La trama narrativa deja de ser contexto dependiente momento a momento y se organiza en una secuencias cronológicas, causales y temáticas. Esto equivale a decir que los eventos significativos se conectan entre si por proposiciones lógicas, inductivas y deductivas. Los eventos estan conectados conectados por la lógica y sus reglas formales. Si en el mundo oral nace la poesía en el mundo escritural nace la prosa y la historia.

Una vez que el lenguaje llega a ser visualizado, hay una separación ontológica entre hablante y hablado, conocedor y conocido, en que lo dicho pasa a ser una realidad en sí misma, diferenciada del que habla.

El producto del lenguaje al ser escrito da lugar a una realidad en si misma, separada de la persona que la creo.

La separación entre hablante y hablado hace surgir la noción de persona .

Mas adelante la separación entre persona y lenguaje da lugar a la concepción del **self**, o sea del personaje que somos.

■

El mundo oral es el mundo de la accion. El mundo escritural es el mundo de la autoconciencia **Con la conciencia de ser conciente aparece la capacidad de hacer distinciones en el mundo interior la capacidad de visualizar el mundo interior**: empieza a diferenciar pensamientos, emociones, emociones de sentimientos, percepciones de sensaciones.

La separacion persona-lenguaje tiene otra consecuencia mas : la textualizacion Si la palabra cobra vida independiente del contexto inmediato entonces no esta en discusión su realidad ya que el texto ahora es fijo en si mismo, no es modificable Pero el problema que emerge con esta nueva situación es el de definir el significado de lo lo allí escrito

O sea nace la interpretación y el metalenguaje de significado.

De todo aquello que ocurrio en la Siria-Palestina Cananeo-Fenicia y su efecto en la Grecia clasica, la consecuencia que mas nos interesa a nosotros como terapeutas cognitivos es el desarrollo del metalenguaje de significado. El desarrollo del metalenguaje de significado abrió a nuestra especie todo un mundo previamente inexistente : el mundo interior y su contrapartida la autoconciencia.

■

Antes lenguaje del devenir. . . lenguaje y accion juntos

Ahora se separa orador, lenguaje y accion.

Paso del lenguaje de la accion al lenguaje de las ideas y del ser. la reflexion en vez del relato de sucesos.

Así nace la filosofía primero, el pensamiento científico después y con ella la lógica, la validez y la racionalidad.

Nos preguntamos por el ser de las cosas y de nosotros. el ser como lo que permanece inmutable. poseedores de un alma inmutable.

El poder de la razón se ve ilimitado y lo central en el hombre.

El pensamiento y su esencia, la secuencialización nos lleva a ver también al tiempo en forma lineal.

Todo podía ser explicado por la razón y así conocer el ser de las cosas. el verdadero ser o sea la objetividad.

El principal actor de este cambio en la conciencia humana es olvidado y se da por hecho de que el ser precede al lenguaje.

■

Con los grandes filósofos metafísicos Sócrates, Platón y Aristóteles este proceso se concretiza en una concepción hasta hace poco predominante de la realidad humana.

Nace la subjetividad con Descartes . se inaugura el modernismo. (continuidad)

■

Descartes interpreta el sentido de interioridad desplegado por el renacimiento que pone por primera vez al individuo como protagonista poniendo al pensamiento al centro de la comprensión del universo y la existencia.

Plantea que el ser depende del conocer. si la conciencia del que conoce es lo central entonces lo conocido es siempre una representación de la realidad. El sujeto pensante se confronta a un objeto a través de su representación constituyendo entonces la separación tajante entre el observador y lo que observa. Nace el dualismo filosófico mente-cuerpo.

Esta concepción del conocimiento es el marco de ideas en el cual nace la Terapia Cognitiva y al cual no puede inicialmente escapar. El conocimiento es objetivo. Hay una realidad unívoca allá afuera y nosotros como observadores tendremos más y mejor conocimiento cuanto mejor representación de esta tengamos. De allí que el tema central de la Terapia Cognitiva fundacional era el tema de la correspondencia.

Esto al modo de Beck y su postulado de las distorsiones cognitivas en el cual las distorsiones corresponden a un modo errado de representarse la realidad.

Más adelante Kant echa las bases para el Constructivismo . La célebre " Crítica de la Razón Pura " pone de relieve el carácter activo de la conciencia. Existe un conocimiento o juicio a priori o sea que el conocimiento requiere condiciones al entendimiento.

Entendimiento que ocurre en la experiencia de conocer y que constituye el juicio a posteriori . Con Kant surge el Racionalismo Critico que es un racionalismo que considera los limites de la razon pura

La pregunta por el observador pone en cuestion el tema de la objetividad

■

Otra vertiente de pensamiento que deriva de Heraclito es recogida por Nietzsche.

Fenomenologia y Posmodernidad Heidegger : entender lo humano implica recurrir al lenguaje ya que somos una construccion lingüística

Radicalizacion del foco en el lenguaje : el construccionismo social

Es el fundamento de las terapias narrativas. el lenguaje constituye al ser

El yo saturado de gergen

El debate epistemologico : maturana, popper, hayek

Posmodernidad

■

El self ha sido construido por la modernidad sobre la dimension de la temporalidad y la continuidad. Hoy dia podemos ver surgir preguntas acerca de una dimensión temporal diferente de la mismidad que se hace cargo de las fuerzas de cambio que se estructura momento a momento.

Vale decir se reconoce la existencia de una polaridad en la identidad personal que estando vinculada a la permanencia del si mismo, no se asimila a la mismidad

Desde la explosion de las tecnologías de la información a mediados del siglo XX se observa un cambio radical en el mundo social. Arciero, citando a Riesman define ese fenómeno emergente como una actitud heterodirigida, en contraste a la persona autodirigida. Con esto señalaba dos manera diferentes de construir un sentido de si mismo.

El carácter autodirigido ordena la experiencia mediante un sentido interno de referencia mientras que el heterodirigido funda en la adecuacion de su propio sentir y actuar a los parámetros externos, su sentido de individualidad.

Usa la metáfora de un individuo dirigido por un giroscopio interno que tiende a mantener su ruta mientras el otro se asemeja a alguien referido a un radar interno que esta constantemente atento a las senales externas para modelar su individualidad.

Otra linea de trabajo se refiere a las investigaciones de Witkin quien define una

polaridad en un continuo entre dependencia e independencia del campo.

El hombre actual es uno que ha separado el significado de la experiencia que lo sustenta, sobre el cual se construye, El significado se encuentra en un sistema lingüístico cerrado.

Dice Arciero " el significado se disuelve en una multiplicidad de referencias, desvaneciéndose en una multiplicidad de relaciones de diferencia y de oposición con otros significados que constituyen el sistema"

Estamos en un mundo en el cual vemos una primacia del lenguaje por sobre la experiencia.

Tenemos entonces un si mismo que es multiple y subordinado a la multiplicidad de universos de discursos y con una imagen de si clavada en esa inmediatez contextual.

Desaparece el hombre interior al desaparecer la experiencia personal y la intencionalidad.

Aparece un si mismo multiple y cambiante : el Yo saturado de Gergen.

Sin embargo surge la pregunta por el " Quien " que igualmente debe tener una unidad experiencial.

El planteamiento de Arciero es que existe otro modo de construir la identidad en la heterogeneidad de la experiencia por medio de la narración que seria un modo diferente de crear estabilidad.

■

La propuesta ontologica : posracionalismo y la estructura narrativa de la experiencia humana. la doble dimension de la experiencia

■

LA SOLUCION ONTOLOGICA : LA CONVERGENCIA DE LOS CAMINOS DE LA CONTINUIDAD Y LA DISCONTINUIDAD DEL SER

■

Vittorio Guidano desarrolla la terapia que denominara posteriormente Posracionalista al darse cuenta de que la eficacia de la terapia primero conductual y mas adelante cognitiva a las cuales el adscribio desde los inicios de su carrera como psicoterapeuta, carecian de un marco de referencia teorico que le permitiera explicarse sus logros y fracasos. Su motivación y compromiso con la Terapia Cognitiva tradicional era lo suficientemente poderosas como para que el fuera promotor y fundador del Centro de terapia Cognitiva de Roma de modo que su trabajo tiene a mi parecer el merito de ser el producto de su propia experiencia y contradicciones y no de una construccion teorica

abstracta .

Su búsqueda lo hizo revisar las premisas epistemológicas con la que operaba y así fue como surgió una línea de investigación que condujo por toda su vida. Su fuente de inspiración para los cambios que él propone en la Terapia Cognitiva fueron varios autores pero principalmente Bowlby, Weimer, Hayek, Popper, entre varios otros.

Su mirada sobre el contexto de ideas influyentes que dieron nacimiento a la Terapia Cognitiva le hace darse cuenta que la noción de conocimiento que sustentaba los modelos psicológicos había sido cuestionada ya por las ciencias duras y que la psicoterapia intentaba en vano seguir avanzando en un camino que ya no podía dar más frutos.

Los aspectos básicos de su modelo ya han sido previamente mostrados en el escenario de Alapco por varios años sucesivamente en varios congresos desde Gramado, pasando por Montevideo y Santiago.

Su prematura desaparición en 1999 cuando apenas contaba con 56 años creó un vacío que rápidamente fue sustituido por una expansión de su obra por parte de sus seguidores lo cual se pudo ver con claridad en los Congresos de Constructivismo en Psicoterapia en Ginebra (2000) y en Bari (2003).

=

Guidano, es heredero de una tradición racionalista que lo impregna en sus inicios y que está centrada en la continuidad del Ser . Vittorio Guidano da pasos progresivos en la construcción de su modelo desde el racionalismo al posracionalismo tanto así que el nombre "Terapia Posracionalista" no se encuentra en sus primeros escritos. Recién lo podemos encontrar en su último libro " Self in Process" y en el libro Terapia Cognitiva Posracionalista Conversaciones con Vittorio Guidano escrito por uno de sus discípulos y seguidores, Juan Balbi.

Su enfoque es al mismo tiempo que un instrumento importante entre las teorías clínicas constructivistas, una Teoría general de la Personalidad.

Es en este último aspecto que se han hecho recientes ajustes ya que se acepta que la delimitación en categorías bien definidas de estilos de personalidad puede hacer perder la perspectiva de la naturaleza única del individuo.

Uno de los respaldos más importantes al modelo de Guidano es la teoría del vínculo.

Ésta le da las bases para desarrollar el concepto de Organización de Significado Personal que permite describir cómo una persona construye en forma gradual un sentido coherente de Self o sí mismo a través de la interacción con los demás.

Estas son categorías recurrentes de organización que dan un significado personal a la experiencia de vivir.

Originalmente la noción de OSP surge de la investigación en sujetos caracterizado por los aspectos psicopatológicos. De allí que a las OSP originalmente se les nomino de acuerdo a la psicopatología observada.

Los estudios posteriores se apartan del interes central en la psicopatología y se focalizan ahora en los dos aspectos paralelos centrales con los cuales el individuo organiza su experiencia.

Por un lado la modalidad en la cual la persona discrimina y da significado a la experiencia inmediata, y por el otro la modalidad en que este individuo reordena e integra las experiencias pasadas y presentes en un sentido de continuidad.

La forma de elaborar estas experiencias puede ser efectuada en distintos niveles y maneras que van desde modalidades normales, neuroticas a las psicoticas de organizar las experiencias y darles continuidad.

Las maneras idiosincraticas de pensar, actuar y sentir expresan la manera en que cada sujeto hace su personal coherencia interna al organizar su self.

Sin duda que esta manera de abordar el tema de cómo la identidad personal mantiene la estabilidad a pesar de la continua variabilidad de la vida justifica reemplazar el termino OSP por el de Estilo de Personalidad.

El trabajo inicial de Vittorio esta mas centrado en el tema de la Continuidad o sea de explicar como se mantiene un sentido unitario de si mismo en el tiempo. Lo que el llamo el Sameness (en español Mismidad). Sin embargo el ya habia echado las bases para tomar en consideración el papel de la alteridad en el sentido de continuidad personal lo que el llamo el Selfhood (en español, Ipseidad).

El tema de la Continuidad y Discontinuidad del Self ya fue tocado profundamente por Vittorio en todas sus ultimas conferencias, al menos en Siena, Santiago de Chile y Buenos Aires en donde tuve la suerte de poder escucharlo.

Arciero suma a estos ultimos desarrollos de Guidano importantes aportes desde la fenomenología y la hermeneutica y que pueden ser apreciados en un reciente texto publicado en italiano " Estudios y Dialogos sobre la Identidad Personal.

Giampiero Arciero fue el colaborador mas cercano a Guidano en Italia y con quien el creo el IPRA, la institución posracionalista que se independizo del Centro de Terapia Cognitiva de Roma que fue su crisol.

Arciero retoma el trabajo de Guidano y lo pone bajo un marco fenomenológico hermeneutico que le permite reformular el modelo posracionalista poniendo en primer plano las dos fuentes de mantención del sentido de continuidad personal del Self.

De este modo hace confluír e integrar las dos fuentes constitutivas de la experiencia humana. Los procesos privados de continuidad cercanos al modernismo y los procesos abiertos a la alteridad cercanos a la posmodernidad.

Los puntos centrales que conforman esta reformulación del modelo son las siguientes :

El hombre es visto como un animal que construye significados.

En el enfoque fenomenológico hermenéutico de la experiencia humana se reconocen dos modalidades de delinear la identidad en el tiempo.

Siguiendo a Arciero, una modalidad de Si Mismo que se mantiene sin alteración en el transcurso de la vida y que es un ente privado y anónimo . Y otra modalidad de Si Mismo que es una suma de Si Mismos múltiple que cambia momento a momento en el fluír de los acontecimientos pero que carecen de intencionalidad.

La temporalidad es vista como la modalidad humana de estructurar su experiencia.

La temporalidad humana es secuencial, histórica o sea al momento presente se le sobrepone el momento anterior y el siguiente uniendo lo que ha sido con la anticipación de lo que será, anade Arciero.

La temporalidad es la que estructura nuestro vivir pero tenemos acceso a ella solamente a través de símbolos, narraciones etc.

Hay un fluír recíproco entre la experiencia en curso y el lenguaje que la refiere.

El lenguaje no puede ser entonces un sistema en si mismo sino mas bien lo es en referencia a una realidad mas allá del lenguaje.

Este aspecto de la experiencia humana de reformular su experiencia en un relato, en una historia unitaria y coherente permite asimilar el sentido de continuidad y permanencia con la diversidad de selfs en la discontinuidad, integrando la variabilidad y la continuidad en el relato.

Este fluír de la vida entre la Mismidad y la Ipseidad es lo que Ricoeur define como la Identidad Narrativa.

Otra consecuencia importante de este planteamiento es que ya no se puede definir el significado como algo que ocurre solamente al interior de una mente privada sino que es algo que ocurre en el espacio de la intersubjetividad humana.

En palabras de Arciero, " la constitución de la identidad es contemporánea al proceso de construcción de significado, en tensión entre el mundo intersubjetivo y la experiencia de vivir.

La identidad narrativa, expresión que toma de Ricoeur, la define como un proceso que unifica en forma activa y mediante una trama narrativa los aspectos recurrentes del Self (Mismidad o Sameness) con los aspectos situacionales inmediatos del Self (Ipseidad o Selfhood).

Configurando una historia de vida en un continuo armar y rearmar un sentido histórico de sí mismo.

Los eventos impredecibles generan un quiebre en el sentido de continuidad personal que es recuperado al reconfigurar la trama narrativa en curso integrando los aspectos perturbadores en el sentido de mantener una Identidad Narrativa estable.

El factor crucial para mantener un sentido de continuidad y coherencia de la trama narrativa lo constituye la capacidad de regulación emocional

ESTILOS DE PERSONALIDAD Y REGULACION EMOCIONAL ; Arciero distingue dos modalidades diferentes de construcción de la identidad personal que permiten una ampliación de la comprensión de cómo se organiza un Estilo de Personalidad. Las modalidades " Inward " y " Outward " .

Para comprender estas modalidades debemos revisar algunos aspectos del desarrollo humano a la luz de los vínculos.

Las relaciones de apego son inicialmente en las primeras etapas del desarrollo esencialmente asimétricas. Esto implica que el sentido que los estados emotivos del niño está primordialmente en manos de sus cuidadores que pueden redefinirlos, ignorarlos, o facilitarlos. .

☞

Si la relación se funda en la predictibilidad del acceso a la madre, sea cual sea la calidad de esta predictibilidad, el niño no necesita estar focalizado en la actitud emotiva de ella para discriminar entre la aceptación y el rechazo. Esto hace que el niño muy tempranamente va a desarrollar una gran habilidad para diferenciar el flujo emocional interno.

Consecuentemente va a construir la identidad personal sobre el polo de la interioridad. Va a ser más experto en decodificar los estados emotivos a partir de la activación visceral. Esto se asocia a una mayor y mejor diferenciación de la experiencia personal respecto de la experiencia de los cuidadores. Las emociones básicas serán entonces un componente fundamental de la identidad Inward. Esta identidad corresponde a los estilos de personalidad con Tendencia a la Depresión y con Tendencia de las Fobias que prestan más atención a la interioridad . O sea una identidad construida sobre la Mismidad o Sameness o la permanencia del sí mismo.

☞

Aquellos niños cuya reciprocidad con la madre sea construida sobre la ambigüedad,

inconsistencia y variabilidad de las respuestas a las demandas de atención va a generar niños con una discriminación más débil de los estados internos al estar primordialmente centrados en las actitudes de quien los cuida la no poder prever la reacción de estos ante sus necesidades. Esto genera niños que tienen una menor competencia para discriminar entre sus estados internos. Al estar alejados de sus emociones viscerales básicas su única posibilidad de decodificar la activación emocional indiferenciada es a través de emociones cognitivas y autoconscientes.

La construcción de la identidad se focalizará sobre la

variabilidad contextual y por lo tanto la activación emocional indiferenciada podrá ser ordenada en una experiencia consciente interpretándola con la ayuda de un referente externo al cual trata de sincronizarse emocionalmente. La construcción de la identidad se efectúa sobre la variabilidad de los acontecimientos o Ipseidad (Selfhood). A esta dimensión corresponden los estilos de personalidad con Tendencia a la Obsesión y con Tendencia a los Trastornos Alimentarios.

En el caso de los niños Inward, al desarrollar el lenguaje va a construir una identidad narrativa fundada sobre la clara distinción de sus estados internos y la transformación de estos en experiencias emocionales. Para esto se requiere tanto la atención a estos estados emocionales como a los contextos en los que estos se gatillan. De este modo ellos tenderán a excluir selectivamente las situaciones externas no asimilables que pongan en riesgo el sentido de estabilidad personal.

El estilo emotivo Inward corresponde a la "Teoría de las Emociones Discretas" (Tomkins, Izard, Plutchik, Ekman) que postula un arousal específico con valencia y tonalidad distintivos ante el estímulo.

Los niños Outward, al desarrollarse el lenguaje van a fundar su identidad narrativa a través de una fuente externa de referencia. Para esto se centrarán primordialmente en los puntos de vista contextuales y excluirán selectivamente los aspectos internos de la experiencia. Esto implica que los estados emotivos activados en una situación no sean distinguidos y por lo tanto no ser transformados en experiencia emocional. Predominarán las experiencias emocionales cognitivas aun cuando no haya una activación visceral que las respalde.

El estilo emotivo Outward corresponde a las teorías clásicas de la emoción en las cuales se considera que un arousal se transforma en emoción por medio de una evaluación subjetiva. (Schachter y Singer, Mandler.

Concluye Arciero que ambas formas de construir la identidad modelan el dominio emotivo de diferentes maneras.

En el caso de los Inward los estados emocionales son transformados en experiencia emocional. Por esto, para lograr una regulación del sentido de continuidad del self ellos deben mantener esta activación emocional en un rango de intensidad manejable.

En el caso de los Outward la experiencia emocional puede ocurrir en ausencia de una activación emotiva básica. La experiencia va a depender primordialmente de la cognición. Como la estabilidad del self está colocada en el contexto externo, la regulación emocional dependerá de la interpretación de estos eventos externos.

Estas observaciones tienen una gran trascendencia en la práctica terapéutica ya que podemos diferenciar dos modalidades de enfrentamiento a los procesos de conocimiento de los pacientes.

ASPECTOS INTERSUBJETIVOS DEL SELF:DEPENDENCIA E INDEPENDENCIA DELCAMPO

Basado en los antiguos estudios de Witkin, Arciero formula que podemos clasificar la actitud intersubjetiva de las personas sobre dos variables básicas : actitud de dependencia y actitud de independencia de los otros.

El hallazgo de Witkin de la existencia de dos estilos cognitivos diferentes en el modo de organizar la relación con el mundo es tomado por Arciero para ampliar y complejizar la noción de estilo de personalidad.

Los Independientes del Campo tienden a relacionarse con los demás de una manera más impersonal, menos sensible a los aspectos sociales de la realidad y más desapegada tanto física como psicológicamente de los otros. Confían más en sus criterios internos y son menos hábiles en el mundo interpersonal

Los Dependientes del Campo muestran una actitud más cercana física y emocionalmente a los demás y tienden a ser más competentes socialmente. Son más dependientes de los criterios de terceros y más pasivos en las iniciativas interpersonales.

Si consideramos las dimensiones Inward - Outward y las Dependiente - Independiente del campo se puede reconfigurar los estilos de Personalidad en un cuadro unitario abarcativo siguiente :

En el eje de los niños dependiente del campo están aquellos que regulan el sentido de sí mismo en una relación constante con el otro.

Se encuentran aquí los niños evitantes con tendencia a los trastornos alimentarios que regulan el sentido de sí mismo a través de las actitudes de los otros.

También se encuentran los niños coercitivos con tendencia a la fobia que regulan la estabilidad del sí mismo manejando emocionalmente la cercanía del otro.

En el plano de los Independientes del campo que se relacionan con el mundo cognitivamente ya que se han desarrollado en medios que no ha estimulado o no han tolerado la comunicación emotiva o la evocación emotiva se basan en modelos de procesamiento semántico de conocimiento .

En este eje se encuentran los niños evitantes con tendencia a la depresión . Estos mantienen la estabilidad por medio de anticipaciones cognitivas de situaciones de rechazo y la autosuficiencia en la regulación emocional.

También pertenecen a este eje los niños Evitantes/Coercitivos con tendencia a la obsesión que regulan el sentido estable de sí mismos guiándose por los principios generales, abstractos que regulan los contextos de vida en que se encuentran inmersos.

Si consideramos el cruce de ambas dimensiones tenemos un cuadro en el cual podemos definir 4 categorías de personalidad,

El estilo A tendiente a la depresión, inward es independiente del campo. Su sentido de sí mismo está regulado a través de la capacidad de prevenir y manejar los rechazos. Mantener la estabilidad está centrado en la regulación cognitiva autosuficiente y por lo tanto la atribución de desbalances será interna primordialmente. Es independiente del contexto.

El estilo C, tendiente a la Fobia tiene un sentido de sí mismo centrado en el control. Es dependiente del contexto afectivo . Como la estabilidad depende primordialmente de la actitud emotiva de los padres, la atribución será primordialmente externa.

El estilo A, tendiente a los trastornos de la alimentación, se regula en relación a su capacidad para sintonizarse con el contexto de expectativas parentales. Como la estabilidad depende de terceros significativos la atribución de los desbalances será dependiente de la actitud del otro. Oscilará entre interna y externa dependiendo del contexto interpersonal.

El estilo A/C tendiente a la obsesión regula el sentido de sí mismo por la capacidad cognitiva de asimilar los eventos a los principios y reglas abstractas que determinan las situaciones, independientemente del contexto, tendrá una manera de atribuir centrada en la polaridad activada. Si está en el polo A hará una atribución principalmente interna. Si en el polo C una atribución externa será esperable.

■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

NUEVOS CAMINOS PARA LA PRACTICA TERAPEUTICA

■

Los aspectos antes delineados pueden ser considerados para un ejercicio más afinado

en la practica terapéutica

=

En el caso de las identidades inward es posible postular que seran mas facil efectuar una psicoterapia centrada en la emocion. O sea terapias con un fuerte componente experiencial.

Las identidades outward en cambio postulamos que son mas aptas de modificacion a traves de terapias centradas en la cognicion o sea de mayor carácter linguistico

=

=

=