

MÁS ALLÁ DE LA PSICOTERAPIA: LA PSICOLOGÍA DEL NUEVO HUMANISMO

*BREVE ESTUDIO COMPARADO EN LA PERSPECTIVA DE
SUPERAR EL SUFRIMIENTO HUMANO*

Javier Zorrilla Eguren

P H O B O S
DISEÑO Y COMUNICACIÓN

Lima, marzo de 2007

MÁS ALLÁ DE LA PSICOTERAPIA: LA PSICOLOGÍA DEL NUEVO HUMANISMO

Breve estudio comparado en la perspectiva de superar el sufrimiento humano

Autor: Javier Augusto Zorrilla Eguren

Estilo y Redacción: Pilar Núñez Carvallo

Diagramación: Eric Ghiut Larraín

Ilustración en carátula: Rafael Edwards - “Apertura”, acrílico sobre tela, 1997

Edición e impresión: Phobos Diseño y Comunicación srl

Publicación realizada con el apoyo de: La Comunidad para el Desarrollo Humano y Centro Mundial de Estudios Humanistas.

Primera Edición: abril 2007

Tiraje: 1,000 ejemplares

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2007-04261
ISBN N°

Autorizada la reproducción parcial citando la fuente.

© 2007 **Javier Augusto Zorrilla Eguren**

Índice

<i>Introducción</i>	5
<i>i.</i> Las corrientes psicológicas como creencias	7
<i>ii.</i> Visión general de la Psicología del Nuevo Humanismo (PNH)	11
<i>iii.</i> Orientación biologista	23
<i>iv.</i> Orientación psicoanalítica	31
<i>v.</i> Orientación conductista	39
<i>vi.</i> Orientación cognitiva	47
<i>vii.</i> Orientación sistémica	55

viii. Perspectivas humanistas	65
1. <i>Psicoterapia gestáltica</i>	
2. <i>Psicoterapia de diálogo</i>	
3. <i>Psicoterapia fenomenológica</i>	
4. <i>Logoterapia</i>	
ix. La psicología social	77
x. Algunos problemas en la psicología clásica	87
xi. Un nuevo perfil para la psicología clínica	93
xii. Resumen	115
<i>Epílogo: La integración de perspectivas</i>	121
<i>Vocabulario</i>	123
<i>Bibliografía</i>	140

Introducción

El panorama de las corrientes de la psicología clásica es muy variado. En el proceso de su desarrollo las distintas escuelas se fueron diferenciando al asumir que su modo de entender lo psíquico era el único aceptable. Una absolutizó los contenidos de conciencia y el método introspectivo. Otra redujo el psiquismo a la conducta observable externamente y al condicionamiento en función de una adaptación a la “normalidad” del sistema dominante. Otra sobrevaloró el inconsciente y los acontecimientos del pasado en la explicación de la acción humana. En la mayoría primó una visión individualista que olvidó o minimizó el condicionamiento sociocultural en la génesis de la enfermedad mental. Sin embargo, con el correr del tiempo, especialmente en las escuelas cognitivas, sistémicas y humanistas, se aprecian convergencias que han llevado al surgimiento de propuestas eclécticas que, no obstante, no han llegado a consolidar un modelo teórico, sistemático e integrador de aceptación general.

Abrigamos la esperanza que la Psicología del Nuevo Humanismo (PNH) pueda apoyar la intención integradora que anima a la psicología contemporánea, sobre todo en su dimensión terapéutica, y más allá aún en su proyección comunitaria, tan necesaria en un momento histórico estresante, signado por la violencia, la incoherencia y el sinsentido. Tras esbozar el perfil general de la PNH, el contexto en el que surge y la intención que la anima, estableceremos un diálogo y una franca

discusión con los enfoques principales de la psicología desde el ángulo de la psicopatología y la psicoterapia. En este contraste crítico trataremos de definir convergencias y divergencias en los puntos de vista, así como reconoceremos también los aportes respectivos. Este trabajo se ha estructurado entonces para facilitar una comprensión rápida de las distintas escuelas, así como para ubicar a la PNH respecto de ellas.¹

1 A lo largo del texto, la letra cursiva diferencia los términos empleados en la PNH. Estos serán definidos brevemente en notas al pie de página y podrán repetirse para facilitar la lectura. También se presentan reunidos como Vocabulario al final del libro para recurrir a ellos cuando el lector lo considere necesario. Para una profundización de los significados se puede recurrir al vocabulario de la obra *Autoliberación* y al *Diccionario del Nuevo Humanismo*, obras de referencia específica, citadas en la bibliografía.

i

Las corrientes psicológicas como creencias



*Todas las corrientes
son valiosas*

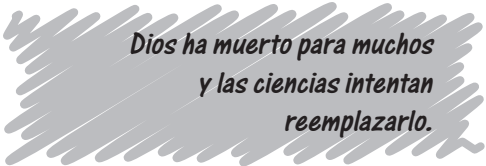
Corrientes, teorías, orientaciones, escuelas, tendencias, son términos que aluden a aquellos sistemas de ideas que intentan interpretar la experiencia humana con cierto grado de organicidad. Algunos metodólogos ven en esta interpretación una reconstrucción racional de los hechos con atención a métodos aceptados por la comunidad científica y a determinados supuestos metafísicos.² De un modo u otro, cada una de estas corrientes ha ido iluminando un aspecto particular del objeto de estudio psicológico y ha hecho una interesante contribución. Podría decirse que en el campo de la *ciencia* el destino de las teorías es justamente el de constituir un peldaño para facilitar su propia superación. En este sentido, ellas no escapan tampoco a la ley universal de *superación de lo viejo por lo nuevo*³ ni tampoco a su expresión particular en el caso de los de los paradigmas científicos⁴.

2 KAUFMANN F. *Metodología de las ciencias sociales*.

3 SUPERACIÓN DE LO VIEJO POR LO NUEVO. Tendencia general del desarrollo universal. Si se toma a la vida como un proceso de complejidad creciente, entonces puede considerarse al mismo universo como desarrollándose en una dirección irreversible (siguiendo la flecha del tiempo) en la que las estructuras simples tienden a superar su condición inicial, interactuando y agrupándose en formas nuevas cada vez más complejas.

4 KUHN, T. *La Estructura de las revoluciones científicas*.

Parafraseando a José Ortega y Gasset⁵, y extrapolando su reflexión sobre los sistemas filosóficos a los psicológicos, no habría ninguno que parezca total y suficientemente verdadero. Cada nueva teoría psicológica comenzaría por denunciar el error o la insuficiencia de la antecedente. Sin embargo, estos errores, bien mirados, se convierten en un apoyo para el develamiento continuo de la verdad. En la mirada de Ortega, los errores serían una especie de verdades incompletas, inherentes al objetivo de ir reconstruyendo racionalmente la experiencia. Cada corriente sería como la vía por el cual se recorre un trecho de la verdad. Pero los estudiosos llegarían a un punto en el que no podrían avanzar más. En ese momento, sería forzoso tomar un camino nuevo, el que aparecería entonces como una superación cualitativa del anterior. Habría que valorar y agradecer el que cada escuela nos haya ido ayudando al esclarecimiento progresivo del fenómeno psíquico.



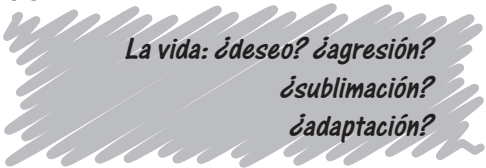
*Dios ha muerto para muchos
y las ciencias intentan
reemplazarlo.*

Toda corriente psicológica parte de un supuesto acerca de la naturaleza del ser humano, el que orienta tanto sus búsquedas como sus conclusiones. Algunos sistemas asumen que es la “idea” la que determina nuestras acciones. Otros, por el contrario, atribuyen ese poder a la “materia”. Hay también quienes señalan al “inconciente”, o a la “voluntad de poder”, al “aprendizaje”, o a la “estructura social”, o al “sentido de la existencia” como determinantes de la conducta humana. Ahora bien, estos supuestos no solamente actúan en el terreno académico, en el claustro universitario, sino que abandonan fácilmente el mundo de la *ciencia* para convertirse en ideologías o nuevos mitos desacralizados justificatorios del accionar humano.

Esto sucede cuando el cambio social se acelera de tal manera que pone en crisis la adaptabilidad de las tradiciones culturales. En la modernidad, las ideologías provenientes de la ciencia sustituyeron

5 ORTEGA Y GASSET, J. En: Marías J. *Historia de la filosofía*, pp. 473-515.

a las religiones en el rol de orientación existencial, pero el cambio es tan rápido que ya no sólo se habla de la “muerte de dios” sino también de la “muerte de las ideologías” y hasta del “fin de la historia”. Y, sin embargo, paradójicamente, como sostiene Fernando Fuenzalida, los dioses y las ideologías vuelven a la carga ante el fracaso de los paradigmas racionalistas y pragmáticos como modelos de referencia personal y social.⁶ Así de revolucionado y caótico se encuentra el proceso histórico. Surgen escuelas de todo tipo y los seres humanos echan mano de lo que pueden para enfrentar la desorientación y el vacío existencial en un mundo en crisis.



*La vida: ¿deseo? ¿agresión?
¿sublimación?
¿adaptación?*

Con todo, aún se puede sostener que muchos toman como referencia algunas corrientes psicológicas para justificar su acción, tanto terapéutica, como social. Por ejemplo, creen -haciendo una lectura sesgada del psicoanálisis- que la vida debería estar orientada a la liberación sin freno de los deseos reprimidos o los impulsos de agresividad. Una ética de la permisividad emana de esta orientación. Otra versión más constructiva pone el acento en la “sublimación” de la energía inconciente a través de las actividades artísticas y productivas administradas prudentemente por el yo. Otros creen, inspirándose en el conductismo y el funcionalismo, que la clave de la vida consiste en “encajar” en las normas establecidas para ser recompensados con el éxito y no terminar excluidos o despreciados por el sistema dominante: “hagamos lo que los otros hacen y no tendremos problemas” parecen decir los que abogan por el buen desarrollo de la personalidad dentro de la cultura establecida.

Pero no siempre y necesariamente la norma (o antinorma) vigente contribuye al desarrollo humano. Por el contrario, generalmente lo impide, obstaculiza, retarda o pervierte con violencia abierta o encubierta. Millones de alemanes consintieron a Hitler, así como ahora millones de

6 FUENZALIDA F. *Tierra Baldía: La Crisis del Consenso Secular y el Milenarismo en la Sociedad Post Moderna.*

norteamericanos consienten a Bush. La adaptación a la barbarie establecida sólo barbariza a quien la acepta y/o realiza. Por esta vía el ser humano se limita a hacer lo que los otros hacen, aunque sea inmoral. Entonces, la influencia de las corrientes psicológicas en la construcción social de la realidad, transformadas en marcos de referencia de la moralidad pública y privada, es un tema que no tendría por qué ser soslayado, en atención a su trascendencia histórica, política y psicosocial.



Visión general de la Psicología del Nuevo Humanismo (PNH)

*La ciencia al servicio
exclusivo de la vida*

La PNH ⁷ puede entenderse como parte de un sistema de ideas y de acción afín a los valores del *Nuevo Humanismo*⁸. De ahí el nombre con que el que se le ha bautizado en este trabajo: Psicología del Nuevo Humanismo. Los representantes de esta corriente proponen el desarrollo de un humanismo crítico, activo y creativo que haga frente a las distintas formas de *violencia*⁹, construyendo un mundo plural y convergente que revierta el proceso de deshumanización creciente. Dentro de este interés, conciben a la ciencia como un conocimiento que no sólo debe descubrir

7 La PNH ha sido elaborada por el pensador latinoamericano Mario Rodríguez Cobos, más conocido por su seudónimo Silo, fundador del Movimiento Humanista. Sus obras, que cubren diversos campos del quehacer humano, han sustentado conceptualmente a la corriente de pensamiento y acción conocida como Nuevo Humanismo o Humanismo Universalista.

8 **NUEVO HUMANISMO.** Humanismo que enfrenta a la discriminación, al fanatismo, a la explotación y a la violencia. Es universalista, plural y convergente. Recompone las fuerzas sociales. No opone lo personal a lo social ni lo social a lo personal. En forma creativa tiende a modificar el esquema de poder con el objetivo de transformar la estructura social actual en la que predominan las actitudes prácticas y los “valores” teóricos del antihumanismo.

9 **VIOLENCIA.** Avasallamiento de la intención y la libertad humanas por medio de la fuerza (física, económica, política, psicológica, racial, ideológica o religiosa) que un individuo o grupo ejerce sobre otro(s).

las leyes de la vida, sino que también debe estar al servicio de ella y, por tanto, a favor de la evolución de todo ser humano. Pero advierten que en el momento actual la ciencia está siendo funcional a la conservación de un sistema violento que no sólo genera *sufrimiento* sino que además mercantiliza y tecnocratiza la información, destinándola a la manipulación y el control de la opinión pública y la conducta ciudadana. En este contexto, el *Nuevo Humanismo* tiende a la modificación del esquema de poder vigente con el objetivo de transformar la estructura social actual que se dirige hacia un sistema mundial cerrado en el que van predominando las actitudes, los valores y la ideología del *antihumanismo*¹⁰.



*No somos cosas,
tampoco animales*


La etología¹¹ ha demostrado que en el mundo animal es posible encontrar desde técnicas rudimentarias de construcción, lenguajes de sonidos y gestos, jerarquías sociales, manifestaciones de odio y amor, hasta premios y castigos para las conductas favorables o perjudiciales a la conservación de cada especie. Lo que no encontramos en los animales es la transformación constante e intencionada de su medio ambiente de acuerdo a una finalidad específica y a una imagen determinada del mundo.

La PNH asume que del animal al humano hay un verdadero salto cualitativo, en la medida en que este último, no es simplemente mera reacción refleja, sino elección de las condiciones y las posibilidades en que quiere vivir, dentro de los límites que ofrece el medio natural e histórico-social. Este postulado permite comprender por qué la conducta humana debe ser estudiada en sus propios términos y no extrapolando mecánicamente los principios y leyes correspondientes a otros órdenes de realidad, los que pueden ser útiles para comprender las tendencias heredadas del proceso biológico, pero no pueden constituirse en pará-

10 ANTIHUMANISMO. Toda posición práctica y/o teórica que cosifica al ser humano y tiende a sostener un esquema de poder basado en los antivalores de la discriminación y la violencia. La dictadura del dinero en el sistema neoliberal actual que se globaliza es un caso histórico de antihumanismo.

11 Parte de la biología que estudia el comportamiento de los animales.

metros absolutos de interpretación. El corolario metodológico entonces consiste en estudiar al ser humano en su propio plano, que no es el natural, ni tampoco el divino. Pero la disolución de lo humano en lo natural o, incluso, en lo sociocultural y en lo sobrenatural, sigue siendo una tendencia marcada en las distintas orientaciones naturalistas, sociologistas y espiritualistas¹² de la psicología.



*La conciencia y su proyecto
vital en el proceso de
integración creciente*

Por lo demás, la propia ciencia natural acepta hoy que el universo, lejos de marchar hacia una dispersión energética generalizada, va creando estructuras cada vez más complejas e idóneas para procesar las fuerzas desintegradoras¹³. La PNH considera precisamente a la *conciencia*¹⁴ humana como una de esas estructuras especialmente dotadas para colaborar con el proceso universal de la vida, entendida en su sentido evolutivo como integración creciente.

Observado desde dentro, el ser humano se nos aparece en su permanente esfuerzo por superar *registros* desintegradores de *dolor* y/o *sufrimiento*¹⁵. Frente al hambre, la sed, el frío y el calor, pasando por

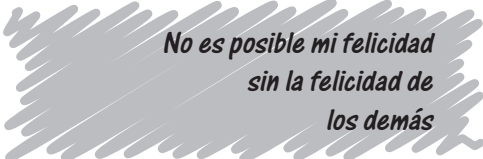
12 Las orientaciones espiritualistas se reintroducen en las corrientes de la psicología actual a través de la influencia de las posturas provenientes de la tradición religiosa y filosófica oriental. La psicología cognitiva ha sido especialmente receptiva a tales influencias ya anticipadas en C.G. Jung.

13 Sobre este punto tomar en cuenta los trabajos del premio Nobel Ilya Prigogine, científico belga contemporáneo. Sostiene que sistemas alejados del equilibrio, sólo pueden existir en conjunción con su entorno dando origen a reordenamientos nuevos, no configurados al azar, denominados por Prigogine «estructuras disipativas» o estructuras «no lineales».

14 **CONCIENCIA.** Sistema de coordinación y registro que efectúa el psiquismo humano. Se lo representa como un “aparato” que coordina y estructura, operando con sensaciones, imágenes y recuerdos. Se experimenta por los sentidos cenestésicos. A veces se identifica con el yo. El cerebro y el sistema nervioso constituyen su base biológica.

15 **SUFRIMIENTO.** Su raíz está en la mente, así como la del dolor está en el cuerpo. En la base del sufrimiento se encuentra el deseo de poseer objetos (tangibles e intangibles), situaciones o personas. Por tanto, se sufre por temor a perder lo que se tiene o por lo que se desespera de alcanzar. Junto al dolor se presenta como el motor esencial y permanente de la acción humana. Tiene su raíz más profunda en el temor a la enfermedad, la soledad, la pobreza y la muerte. Por esta razón no puede ser resuelto en términos físicos por la ciencia y la

la enfermedad, la pobreza y la soledad, e incluso la anticipación de su propia muerte, el ser humano sufre y eso mismo lo impele a imaginar situaciones en las que el *sufrimiento* ha cesado. Este es su proyecto fundamental. En cada acción humana se percibe la intención de superar el *dolor* (físico) y el *sufrimiento* (mental).



*No es posible mi felicidad
sin la felicidad de
los demás*

Los mitos y los arquetipos de todas las culturas nos ponen en contacto con el profundo anhelo del ser humano por llegar a un estado de felicidad perpetua en el que el *sufrimiento* deje de existir¹⁶. Todos los objetos e imágenes capaces de responder a este gran anhelo, a este poderoso afán, se pueden convertir en modelos aptos para la idolatría o el endiosamiento, desde el dinero y los millonarios que lo poseen, hasta el conocimiento y los sabios que lo conservan; desde el poder y los presidentes que lo ejercen, hasta la paz y la inmortalidad propuesta por sacerdotes, mesías y doctrinas religiosas.

Pero así como la superación de mi *sufrimiento* es fundamento de mi proyecto vital, de la misma manera ocurre con el proyecto vital de los otros, es decir de toda la especie. El desarrollo de la vida se realiza así por un esfuerzo conjunto en el que no se puede negar la humanidad del otro, porque se termina negando la propia humanidad. Es más, ayudar al otro en este cometido existencial será de profundo significado para superar el *sufrimiento* propio. Y ello tendrá consecuencias decisivas para el desarrollo de una psicoterapia de signo humanista.



*La crisis psicosocial como
contexto de la PNH*

política, sino mediante una posición existencial de signo positivo frente a la vida en general.

16 Ampliación de este concepto en: ROLLO MAY, *La necesidad del mito*. Y en: SILO, *Mitos Raíces Universales*.

Si bien la PNH se expresa en una vasta literatura, tanto publicada¹⁷, como inédita, su desarrollo ha ido acompañado también por una práctica psicológica constante en reuniones, talleres, sesiones, jornadas, seminarios y centros de trabajo, dedicados al desarrollo personal de los voluntarios con los que cuenta el *Movimiento Humanista*¹⁸ para llevar adelante los planteamientos del *Nuevo Humanismo*. En este contexto, la PNH se visualiza como un apoyo fundamental para que todas las personas que quieran impulsar el cambio personal y social con la metodología de la *no violencia activa*¹⁹ cuenten con la motivación, la claridad, la habilidad y el sentido de equipo requeridos para que ese intento llegue a su destino.



*La salud mental como proceso
de humanización creciente*

Es consenso que la crisis actual es de tal magnitud que no sólo la juventud y la niñez asumen el carácter de una población en riesgo. Lo mismo ocurre con los ancianos, que en su abandono y soledad son discriminados. Esto explica porqué los trabajos de desarrollo personal en la PNH no son individualistas, ni centrípetos, es decir, desligados de la intención de producir un cambio en el medio social del “paciente”.

Al respecto cabe citar la siguiente reflexión: “Como los individuos no existen aislados, si realmente direccionan su vida modificarán la relación con otros en su familia, en su trabajo y en donde les toque actuar (es decir en la economía, en la política, en la cultura, en cualquier

17 La teoría está expuesta en SILO, *Apuntes de psicología*. Algunas aplicaciones se encuentran en: SILO, *Experiencias guiadas*. Así como en AMMANN, L., *Autoliberación*. Y en ERGAS D., *Sentido del sinsentido*. El fundamento filosófico está expuesto en Silo, *Contribuciones al pensamiento*.

18 **MOVIMIENTO HUMANISTA.** Conjunto de personas que participan de las propuestas del Nuevo Humanismo. No es una institución, aún cuando dé lugar a numerosas agrupaciones y organizaciones. Establece relaciones puntuales con las agrupaciones progresistas en base a criterios de no violencia, no discriminación, reciprocidad y convergencia de la diversidad.

19 **NO VIOLENCIA ACTIVA.** Denuncia de todas las formas de violencia que ejerce el Sistema. Táctica de lucha aplicada a situaciones puntuales en las que se verifica cualquier tipo de discriminación. Actitud, método, forma de trato y estilo de vida que resuelve los conflictos a través del diálogo, el acuerdo y la reciprocidad. Encuentra antecedentes, representantes e inspiradores en Mahatma Gandhi y Martin Luther King.

campo del quehacer humano). Este no es un problema psicológico que se resuelve adentro de la cabeza de individuos aislados, sino que se resuelve cambiando la situación en que se vive con otros mediante el *comportamiento coherente*^{20 21}



¡Abramos el futuro!

Anima a la PNH un espíritu transformador en el que el crecimiento interior aparece como un horizonte ilimitado en cuanto a desarrollo y aprendizaje. Ese horizonte no termina en el simple alivio de los síntomas, sino que se proyecta a la superación cualitativa de las condiciones dolorosas personales y sociales, dejando abierta la posibilidad espiritual de creer o no creer en la *muerte*²². Esto último, debido a que el *sufrimiento* puede aumentar o disminuir dependiendo de cómo se imagine el hecho aparentemente definitivo del morir. Si se imagina la muerte como puerta abierta y probabilidad de liberación, el sufrimiento tiende a disminuir. Si, en cambio, se la imagina como puerta cerrada y condena eterna, el sufrimiento tiende a aumentar. Igualmente si se la representa como la pérdida total de lo que se pretendió poseer: empezando por el propio yo, siguiendo con los seres queridos, hasta llegar a todas las cosas deseadas con intensidad.

La PNH se sostiene en la constatación de que el sufrimiento humano, así como la violenta contradicción social que lo genera, son su-

20 SILO, *Cartas a mis amigos*. Tercera Carta, p. 54, (paréntesis nuestro).

21 COMPORTAMIENTO COHERENTE. Toda acción que produce una experiencia de unidad interna, al unir el pensamiento, el sentimiento y la acción en un registro de paz. Se inspira en y lleva a la práctica la regla de oro: “Trata a los demás como quieres que te traten”.

22 MUERTE. Hecho que se suele evadir por la dificultad de imaginarse y sentirse uno mismo como muerto o sin registro alguno de vida. Puede suscitar temor al dolor si se imagina la forma en que son tratados los restos mortales. En la misma forma, al suponerse que los registros sensoriales no cesan con la muerte, se genera un sistema de imágenes ilusorias que ocasionan dolor y sufrimiento (seguir viviendo en el fuego eterno del infierno, por ejemplo). También genera tensión el imaginar la pérdida de “mi” cuerpo o de “mi” yo atado al deseo de permanencia. Siempre, en estos casos encontramos a la posesión en la base del problema, igual que en los casos de sufrimiento causados a consideración de la muerte de los otros.

perables por el *espíritu voluntario*²³ y la *acción válida* con sentido social y solidario. Es más, en este intento el psicólogo y el sujeto tratado pueden descubrir un profundo significado ahora frenado por el mercantilismo, la discriminación y el nihilismo. La PNH se ve a sí misma, no solamente como una ciencia rigurosa, sino como un medio práctico de liberación para todo aquel que quiera participar en un proceso de humanización creciente que beneficie, tanto a uno mismo, como a los demás.



Los temas de la PNH

Según *Luis Alberto Ammann* se valoran y desarrollan temas “sin precedentes (...) tales como la función de la *imagen* portadora de cargas; la estructuralidad de *percepción* y *representación*; la importancia de lo sentidos internos en la producción, traducción y deformación de impulsos; las caracterizaciones y distinciones entre *niveles* y *estados de conciencia*; la *acción del núcleo de ensueño en la formación de conductas*; la acción de la *protensión* en la *respuesta diferida*; y, por supuesto el inédito aporte sobre el *espacio* y el tiempo de *representación*”.²⁴



“Apuntes de Psicología”

Así se titula la obra teórica de referencia de la PNH. Esta consta de tres partes, que corresponden a recopilaciones de conferencias que Silo, su autor, dio en 1975 en Corfú, en 1976 y 1978, en Las Palmas de Gran Canaria, y mayo de 2006, en Parque La Reja, Buenos Aires.

En la primera parte, denominada “Psicología I”, se estudia al *psiquismo* en general como función de la vida, en su relación con el *medio* y en su expresión humana. También se exponen las características de los

23 **ESPIRITU VOLUNTARIO.** Pone en marcha actividades superadoras del dolor y el sufrimiento. A diferencia del “espíritu” consumista centrado en el recibir, se orienta por el dar. El voluntario dota de significado al mundo al “lanzar” generosamente acciones válidas en él. El registro de “soltura” interna le relaja la tensión propia de la tendencia posesiva.

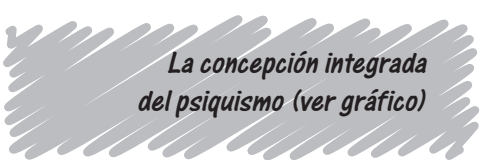
24 En: *Autoliberación*, p. 15.

“aparatos” del psiquismo en los *sentidos*, la *memoria* y la *conciencia*. Se expone asimismo la teoría de los impulsos y el comportamiento.

En “Psicología II” se estudian las tres vías de la experiencia humana: *sensación*, *imagen* y *recuerdo* y se ilustra la producción y transformación de *impulsos* al tiempo que se los ordena en una morfología de *signos*, *símbolos* y *alegorías*. Por su parte, los *niveles de conciencia* y el *comportamiento* son revisados a la luz de la teoría del *espacio de representación*.

En “Psicología III”, quizás el más relacionado con una psicoterapia, se estudia el sistema de operativa capaz de intervenir en la transformación de imágenes y conductas. Además, se establecen distinciones entre la *conciencia* y el “yo” contrastando los estados de reversibilidad con los estados alterados de conciencia.

En “Psicología IV”, entre otros temas, se estudia el desdoblamiento de los *impulsos*, la especialidad y temporalidad de los fenómenos de *conciencia*, y se incursiona también en las “estructuras de conciencia” con particular énfasis en una descriptiva de los estados y casos de la “conciencia perturbada” y la “conciencia inspirada”. Finalmente se explora la posibilidad del acceso a los niveles profundos de conciencia.

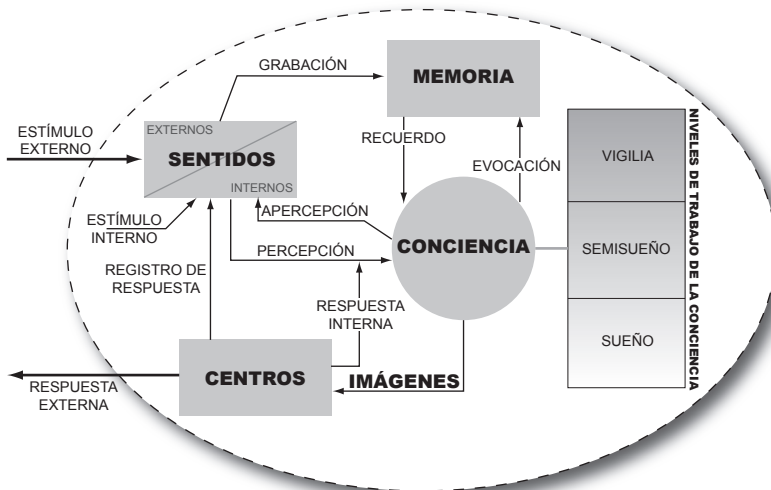


*La concepción integrada
del psiquismo (ver gráfico)*

En una muy somera aproximación, sólo hecha con la intención de facilitar al lector una primera impresión de la PNH²⁵, se puede afirmar que ésta presenta al *psiquismo* humano como un circuito integrado de “aparatos” que están conectados entre sí por *impulsos*. El aparato “*sentidos externos*”, toma *impulsos* del *mundo externo*, de la misma manera que “*sentidos internos*” lo hace del *mundo interno*, del interior del cuerpo.

25 Para hacer algo más completa esta visión inicial se puede acompañar la lectura recurriendo al vocabulario presentado al final del libro. En el diálogo con las corrientes, expuesto en los siguientes capítulos, se irán comprendiendo, de manera aplicada, algunos aspectos más de la PNH. Para lograr una visión más acabada es imprescindible recurrir a las obras *Apuntes de psicología y Autoliberación*.

La memoria conserva toda señal que llega desde ambos tipos de *sentidos*. Por su parte, el aparato “*niveles de conciencia*” regula el *sueño*, el *semisueño* y la *vigilia*, así como los *centros de respuesta* (*intelectual, emotivo, motriz, sexual y vegetativo*) disparan las actividades de respuesta al mundo. En esta estructura psíquica, la *conciencia* se concibe como un sistema central que coordina el funcionamiento de todos los *aparatos* merced al sistema de *impulsos*. Los impulsos recorren todo el circuito, transformándose y dando lugar a los fenómenos de conciencia. Los *sentidos*, están siempre en actividad.²⁶




“Cortocircuitos”

Todas las *señales* que van recibiendo los *sentidos externos e internos* se desdoblán y van llegando simultáneamente a la *memoria* y a la *conciencia*, sea que ésta se encuentre en cualquiera de sus *niveles de sueño, semisueño y vigilia*. Hay *impulsos muy débiles*, subliminales, en el límite de la percepción. Hay otros que se hacen intolerables en-


26 Aún cuando una persona duerme, el ojo, el oído, el tacto está recibiendo impulsos del mundo externo, de la misma manera que los sentidos internos están tomando muestras de lo que va sucediendo en el interior del cuerpo (datos del Ph de la sangre, de la alcalinidad, la salinidad, la acidez, la presión arterial, el azúcar en sangre, la temperatura, etc.)

tregando una percepción dolorosa. Existen otros que deberían llegar a *memoria*, a *conciencia*, a *centros* y sin embargo no llegan porque hubo un corte o un bloqueo en alguna parte del circuito, interrumpiéndose con ello la integración del funcionamiento del *psiquismo*. Es el caso de las somatizaciones (cegueras, sorderas o mudéz psicológicas). Lo mismo sucede con los *impulsos* que provienen del intracuerpo. Existen numerosas “anestias”. Las más frecuentes son las anestias que corresponden a los impulsos del sexo, de modo que es mucha la gente que por algún tipo de problema psíquico no detecta adecuadamente las señales que provienen de ese punto.



*El sube y baja
entre el sueño y la vigilia*

En general, cuando baja el *nivel de conciencia* (hacia el sueño), los *sentidos externos* bajan en sus umbrales aumentando el umbral de percepción de los *sentidos internos*. Inversamente, cuando sube el *nivel de conciencia* (hacia el despertar), en el sujeto comienza a bajar el umbral de *percepción* de los *sentidos internos* y se abre el umbral de *percepción* externa. Pero ocurre que aún en vigilia, los umbrales de sentidos externos pueden reducirse y el sujeto entrar en situación de “fuga” frente a la irritación que le produce el mundo.



*Mucha carga
Poca carga
Carga exacta*

Los *centros de respuesta* trabajan con distintos tipos de *imágenes* (*visuales, auditivas, táctiles, olfativas, cenestésicas y kinestésicas*). Estas *imágenes* son *impulsos* que proviniendo de *conciencia*, se disparan hacia los *centros* (*intelectual, emotivo, motriz, sexual, vegetativo*) produciendo las *respuestas* correspondientes. Será necesario que se disparen *imágenes* adecuadas y con carga energética suficiente. Si la carga es poca, el *centro* en cuestión se moverá con debilidad. Si es excesiva, provocará un movimiento desproporcionado. Estos *centros* también trabajan en estructura y al movilizar cargas hacia el *mundo* toman energía de los centros contiguos.



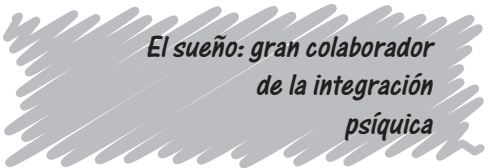
Intelectualismo

Normalmente, se pretende manejar todos los *centros* desde el *centro intelectual* y esto trae numerosos problemas, porque a los *centros* se los regula desde “abajo” (desde donde hay más energía y velocidad) y no desde “arriba” (desde donde se invierte la energía psíquica en tareas intelectuales). A veces, un *centro* se sobrecarga y al rebasar su potencial también energiza a los otros centros. Estos rebasamientos no siempre son negativos, como cuando uno se encoleriza y desata acciones reprobales. Uno se puede también entusiasmar y esa sobrecarga energética del *centro emotivo* puede terminar positivamente distribuida por los otros *centros*.



El “hoyo negro” de la depresión

A veces, en cambio, se produce un gran vacío, una gran succión del *centro emotivo*. El sujeto empieza a trabajar en negativo con el *centro emotivo*. Figurativamente hablando, es como si en el centro emotivo se hubiera producido un “hoyo negro” que concentra materia, que contrae el espacio y absorbe todo hacia él. El sujeto se deprime; sus ideas se oscurecen y también va bajando su potencial motriz e incluso vegetativo. Hasta sus defensas vegetativas disminuyen y su organismo esta más proclive a la enfermedad.



El sueño: gran colaborador de la integración psíquica

Todos los aparatos trabajan con mayor o menor intensidad de acuerdo al nivel de conciencia en el sueño, el semisueño y la vigilia. Si el sujeto está despierto, pasan cosas muy diferentes a si está durmiendo. En el sueño paradójal, con imágenes, los sentidos internos y la memoria trabajan con mayor soltura. Cuando uno duerme, el circuito se recompone y aprovecha para transferir cargas de contenidos de conciencia, de cosas que durante el día no se asimilaron bien. El sueño recompone

también situaciones psíquicas guardadas en la memoria y que no se han solucionado. A través del sueño la conciencia lanza cargas de un lado para otro, produciendo descargas catárticas porque hay tensiones excesivas. En el sueño se solucionan muchos problemas de carga, se producen distensiones profundas.



*¡Transferencias
empíricas!*

Pero también en el sueño se producen fenómenos transferenciales de cargas que se van dispersando de unos contenidos a otros y de estos a terceros en un franco proceso de desplazamiento energético. Muchas veces las personas han experimentado, después de un bello sueño, la sensación de que algo “encajó” bien. Pero también están los sueños “pesados”, en los que no se logra la transferencia integradora. El sueño está haciendo su intento de reelaborar contenidos, pero no lo logra y, entonces, el sujeto sale de ese nivel con una muy mala sensación. Desde luego que el sueño está siempre al servicio de la recomposición del equilibrio del psiquismo y de su funcionamiento integrado.



*La acción en el mundo
Como oportunidad de liberación*

Los fenómenos transferenciales no sólo se producen en el sueño. La acción en el mundo puede también integrar o desintegrar el psiquismo humano. Así como hay sueños “pesados” hay también acciones que producen tal pesar interno, tal sufrimiento, que no se las quisiera repetir. Y habrá otras, transferenciales, que dejarán su registro de unidad. Estas podrán dotar a la vida de un alegre sentido.

iii

La orientación biologista²⁷



*El mito
farmacológico*

Tanto en la interpretación de la psiquiatría oficial como en la del sentido común de la gente, sigue imperando la convicción de que la mejor forma de tratar y curar las “enfermedades mentales” es recurriendo a los fármacos. Los ansiolíticos, antidepresivos y antipsicóticos forman hoy en día parte inseparable del tratamiento de ansiedades, fobias, obsesiones, depresiones, somatizaciones, amnesias, tendencias suicidas, adicciones y psicosis. Se asume que los trastornos psicológicos, al ser definidos como “enfermedades mentales”, tienen en lo sustancial el mismo carácter que las enfermedades físicas. Y se infiere que, así como en éstas hay agentes causales objetivamente determinables, en aquellas ocurre lo mismo. Por ende, no hay posibilidad de alivio o curación si no se actúa en el plano orgánico, a través del tratamiento físico o químico. La vigencia social de estos métodos es evidente y se demuestra en el consumo cada vez más extendido de fármacos.

²⁷ Autores representativos: W. Griesinger; H. Maudsley; S. Serguéievitch Korsakov; A. Alzheimer; E. Kraepelin; A. Meyer; H. Ey.

Demás está decir que en el origen de este fenómeno están los intereses económicos de los laboratorios y el propio prestigio de la psiquiatría, la cual se apoya sobre una hipótesis de relativa validez que se fue construyendo desde el mismo nacimiento de la psicofisiología: “La introducción sistemática de la anatomía y de la fisiología en el campo de la psicología, desde Wundt, constituye una característica esencial de las investigaciones contemporáneas... Entonces son numerosos los ‘compromisos’ y las interferencias entre los métodos que tienden a constituir un esquema de explicación, en los que el aspecto biológico se impone sobre los datos puramente psíquicos, y los que, por el contrario, dan privilegio a los últimos; en pocas palabras, entre la orientación de las fisioterapias y de las psicoterapias”.²⁸

Pero el paralelismo psicofisiológico, si bien establece las concomitancias entre el plano físico y el plano psíquico, y la necesidad del soporte neurológico y hormonal para la formación de las respuestas instintivas, emocionales y cognitivas, no por ello avala necesariamente la hipótesis causal mecánica, unidireccional y reduccionista que va de lo orgánico (tomado como antecedente) a lo psíquico (tomado como consecuente).

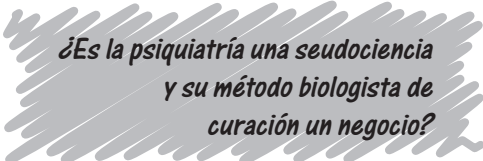
De hecho, el circuito inverso sería también perfectamente posible, incluyendo el factor social: conflicto social → trastorno síquico → insuficiencia o disfunción orgánica. Así lo ha reconocido el desarrollo de otras corrientes, que si bien no descartan la existencia de enfermedades mentales, matizan el determinismo asignado al factor orgánico contrapésándolo con factores propios de la adaptación social y de las propias vivencias y representaciones psicológicas: “Toda forma patológica exige para su formación, a la vez y en conjunto, una perturbación orgánica primordial y una estructura psicológica necesaria que constituye su fenomenología”.²⁹

Sintetizando, en la orientación biologista se da por sentada: 1) La existencia de enfermedades mentales, sean como entidades en sí

28 MUELLER F. L., *Historia de la psicología*, p. 430.

29 HENRY E. En: IONESCU, S., *Catorce enfoques de la sicopatología*, p. 74.

o como adaptaciones disfuncionales al entorno social. 2) La Influencia de las modificaciones morfológicas o funcionales del sistema nervioso sobre la génesis de los trastornos mentales; 3) La búsqueda del origen de la enfermedad mental en una lesión orgánica, una insuficiencia química o en una anomalía genética; 4) La existencia de síndromes que dependen de intoxicaciones, infecciones, o causas endógenas; y 5) La tendencia a sobreestimar el rol del factor orgánico y, consecuentemente, del tratamiento farmacológico³⁰.



*¿Es la psiquiatría una seudociencia
y su método biologista de
curación un negocio?*

Serban Ionescu, a quien seguimos en este tema, afirma que a pesar de los significativos avances realizados en el conocimiento de la acción de los neurotransmisores, en el tratamiento de algunos trastornos psicóticos, como la esquizofrenia, o el descubrimiento de bases biológicas causales del autismo infantil, en la mayoría de enfermedades mentales es perturbadora la diversidad de aspectos biológicos que se encuentran detrás de un mismo diagnóstico clínico. Así, las relaciones entre el cuadro clínico o la expresión psicopatológica y los aspectos biológicos concomitantes es extraordinariamente compleja, lo que dificultaría sobremanera el aislamiento adecuado del factor causal o desencadenante. Por otro lado, las pruebas empíricas de la hipótesis biológica en la explicación de la histeria y la neurosis tampoco aportarían resultados concluyentes y, más bien, se tiende a pensar en una etiología multifactorial de ambos fenómenos.

Una crítica más severa aún proviene del campo de las psicologías fenomenológica y cognitiva, las que han cuestionado no sólo la hipótesis del origen orgánico de la depresión y la esquizofrenia, sino la existencia misma de la psiquiatría como ciencia. Alfredo Ruiz³¹, director del Instituto de Terapia Cognitiva de Santiago de Chile, ha sostenido recientemente que la hipótesis del origen químico y genético de las enfermedades

30 IONESCU, S., ob. cit., cap. III.

31 RUIZ A. *La depresión: una enfermedad inexistente.*

mentales carece de fundamento científico concluyente. Su argumentación sigue los siguientes pasos:

1. Tomando como referencia los estudios de Beck y Seligman demuestra que la depresión es en realidad una experiencia de desamparo aprendido en la que al mismo tiempo se verifica un descenso bioquímico de catecolaminas. Es decir que el evento psicosocial (experiencia de desamparo) y el evento fisiológico (descenso de las catecolaminas) vendrían a ser como las dos caras de la misma moneda, no pudiendo existir lo uno sin el otro: siempre una depresión va a estar acompañada de una reacción bioquímica. Así, la consabida división entre depresiones endógenas (orgánicas) y reactivas (ambientales) queda sin sustento.
2. Afirma también que el origen de la mayoría de medicamentos antipsicóticos, como por ejemplo, los neurolépticos y la imipramina, no ha sido el resultado de una investigación sistemática, sino que éstos han sido encontrados por azar. Señala además que los severos “efectos secundarios” para la personalidad y la salud integral de los pacientes han sido insuficientemente estudiados. Se sabe que las drogas antipsicóticas no constituyen propiamente una curación sino una moderación de los síntomas. Y en segundo lugar, requieren de un consumo prolongado que va intensificando los efectos secundarios hasta llegar a producir severos problemas en la coordinación motriz (disquinesia tardía). Se presume además que en esta situación no se puede descartar la participación interesada de los laboratorios farmacéuticos y de los propios psiquiatras auto convencidos acriticamente de la base científica de su ciencia.
3. Llama la atención sobre el diagnóstico actual de las enfermedades mentales basado en la clasificación que hiciera el organicista Emil Kraepelin hace más de un siglo. Y afirma que la psiquiatría se sigue concibiendo como una disciplina dedicada a la investigación de los determinantes constitucionales con el objeto de planificar las medidas preventivas y terapéuticas correspondientes para todo lo que pueda ser nocivo para el organismo.

4. Y, finalmente, basándose en autores de reconocida seriedad, como Mary Boyle y Alvin Palm, sostiene que la metodología de la psiquiatría biológica es suficientemente defectuosa como para dudar del peso de sus hallazgos: Porque un enfoque de la sicopatología basado en el determinismo biológico introduce fácilmente un sesgo ideológico que modela selectivamente la investigación. De esta manera genera una metodología experimental dirigida a enfatizar tendenciosamente el rol crucial de las variables somáticas en la interpretación de los estados alterados de conciencia.



*El psiquismo: Una estructura
Orgánica-emocional-mental*

El psiquismo humano, en su relación con el mundo, funciona como *estructura*³² sobre la base de concomitancias orgánicas, energéticas, fisiológicas y psicológicas en sus distintos *niveles de conciencia*³³ (sueño, semisueño y vigilia) y *centros de respuesta*³⁴ (intelectual, emotivo, motriz, vegetativo y sexual).

El *centro vegetativo*³⁵ - sobre el que actúan directamente la farmacoterapia y la cirugía - es un concepto que refiere al plano biológico del sujeto, pero que no actúa solo. Si bien proporciona y distribuye energía

32 **ESTRUCTURA.** Los miembros de un conjunto dado están correlacionados de manera que son no independientes unos respecto de otros y se compenetran mutuamente. (Entonces, lo que se haga en la parte orgánica afectará la parte psíquica y viceversa. Pero no siempre: Recordemos el caso de las personas que con la cirugía han eliminado sus defectos físicos y estéticos y, sin embargo, siguen manteniendo la misma imagen de sí y, por lo tanto, sintiendo el mismo sufrimiento).

33 **NIVELES DE CONCIENCIA.** Son las distintas formas de trabajo del circuito conciencia-sentidos-memoria-centros. Según el grado de atención, sentido crítico y sugestionabilidad, se diferencia entre el sueño, el semisueño y la vigilia, aunque no se descartan otros niveles superiores de conciencia, como, por ejemplo, la conciencia de sí.

34 **CENTROS DE RESPUESTA.** Síntesis conceptual referida a un mecanismo del psiquismo que da respuesta a las sensaciones provenientes del mundo interno o externo a través de algún tipo de actividad: vegetativa, sexual, motriz, emotiva, intelectual, etc.

35 **CENTRO VEGETATIVO.** Centro de respuesta que refiere a las funciones vitales del metabolismo, reproducción y locomoción (aún cuando ésta se ha especializado en el centro motriz), así como también los instintos de conservación y reproducción.

dando instrucciones desde sus numerosas localizaciones nerviosas y glandulares, está sometido a la función coordinadora del *psiquismo*³⁶ que retroalimenta positiva o negativamente a los otros aparatos y centros de respuesta. Por lo tanto, actuar solamente en el plano neurofisiológico, no sólo no asegura la curación, sino que puede impedirla severamente, quedándose la intervención médica en el alivio artificial de los síntomas, con alto riesgo en los así llamados “efectos secundarios”.

*¡La acción coherente como
clave de curación!*

Para la PNH, las llamadas “enfermedades mentales”, aparte de las de origen biológico comprobado, aparecen por lo general como expresiones de conflictos psíquicos que reflejan contradicciones más o menos profundas, dificultando la *adaptación creciente*³⁷ y la experiencia de integración interna. En este último sentido, la “curación” debe atender, tanto a la autoconciencia del “paciente” respecto a la interpretación de su situación vital, como a la visualización y realización en el mundo de la posible *acción coherente*³⁸, unitiva, transformadora y liberadora.

*Mínima intervención biológica
Máximo apoyo psicológico*

No obstante, la intervención curativa de agentes físicos y químicos en el organismo podría justificarse excepcionalmente. Por ejemplo, en caso de comprobarse fehacientemente una deficiencia específica endo-

36 **PSIQUISMO.** Definido en función de la vida, el p. coordina todas las operaciones necesarias para que el ser vivo pueda adaptarse a su medio. Esta relación es inestable e implica transformaciones mutuas crecientes. En el ser humano el psiquismo se presenta como un sistema integrado e interregulado dinámicamente por sentidos, memoria, conciencia, niveles y centros de respuesta.

37 **ADAPTACION CRECIENTE.** Conjunto de conductas personales y sociales que lleva a la modificación progresiva del individuo y su medio. En este sentido, plasma en el mundo la superación de lo viejo por lo nuevo.

38 **ACCION COHERENTE.** En la ética del Nuevo Humanismo la coherencia se define como pensar, sentir y actuar en la misma dirección, tratando al otro como uno quisiera ser ratado.

crinológica, genética o química. O, también, de un síntoma doloroso que pueda ser tratado puntualmente y con el riesgo calculado de los efectos secundarios. Podría también ser adecuado cuando hay un descontrol manifiesto y prolongado de los *centros de respuesta*³⁹ que escaparon al control vigílico del individuo y se volvieron perjudiciales para el equilibrio psíquico general y la relación con el entorno familiar y social. Pero, apenas restaurado, debería iniciarse la psicoterapia.

En general, el terapeuta estará cumpliendo con la PNH, si con la mínima intervención biológica, y con el máximo apoyo psicológico, logra que sea la propia persona tratada - recuperando progresivamente el manejo de la *reversibilidad*⁴⁰ - la que relaje sus tensiones, entienda la raíz de sus conflictos, transfiera sus estados de ánimos negativos y logre desarrollar sus potencialidades mediante un comportamiento coherente. En este proceso, irá cambiando su forma sufriente de mirar el mundo.



Aportes de la orientación biologista

No obstante las críticas justificadas a la orientación biologista dominante en la psiquiatría, el aporte de la fisiología que le sirve de base nos permite contar con una descripción estricta del campo neurológico, hormonal y genético, relevante para la curación de las perturbaciones mentales de comprobado origen físico y el alivio de las de origen emocional o cognitivo, en la medida en que la estructuralidad de los *centros de respuestas* del psiquismo humano admite intervenciones (extremadamente cuidadosas) por el lado del *centro vegetativo*, especialmente en el alivio del dolor.


39 CENTROS DE RESPUESTA. Síntesis conceptual referida a un mecanismo del psiquismo que da respuesta a las sensaciones provenientes del mundo interno o externo a través de algún tipo de actividad: vegetativa, sexual, motriz, emotiva, intelectual, etc.

40 REVERSIBILIDAD. Facultad de la conciencia para dirigirse por medio de la atención, a sus fuentes de información. Su funcionamiento está directamente relacionado con los niveles de conciencia. Cuando se asciende a la vigilia aumenta su trabajo y viceversa.

Sería pues exagerado negar la importancia de las investigaciones que apuntan a descubrir las causas físicas de los síntomas mentales toda vez que ello obliga a la ciencia a precisar con mayor refinamiento operativo las bases neurofisiológicas del psiquismo humano. En el campo de la psicoterapia, sigue siendo importante el aporte del tratamiento farmacológico, ya que permite el restablecimiento rápido de un control básico, en los casos más extremos de perturbación mental. En éstos, el alivio del sufrimiento que deriva del tratamiento farmacológico, no sólo deber ser referido al propio paciente, sino también a sus seres queridos y a la comunidad en general. Pero, indudablemente, lo ideal sería orientar el proceso curativo hacia la acción reflexiva y el actuar coherente. La norma ética podría resumirse en: cero o mínimo de química, máximo de autoconciencia, comprensión y solidaridad.

iv

La orientación psicoanalítica⁴¹



*Placer, deseo y realidad
Ello, yo y superyó*

Al lado de la orientación conductista, el psicoanálisis ha sido una de las corrientes que más ha influido en el tratamiento del sufrimiento humano. Si bien, como veremos más adelante, ha suscitado controversias y expresiones disidentes, no se puede negar que avanzó significativamente en la profundización de la mirada hacia el interior del ser humano.

Para esta teoría, una topografía de lo psíquico estaría compuesta por un conjunto de regiones: 1) el inconsciente, ilógico e intemporal, constituido por los deseos e imágenes no accesibles a la conciencia; 2) el preconscious, de donde emergen ciertos contenidos del inconsciente, actuando como una zona de intermediación; y 3) el consciente donde se dan los procesos racionales identificados con el yo y el principio de realidad, entendido como el ajuste que realiza el individuo para actuar sobre los conflictos que le plantea su entorno social.

41 Autores representativos: Iniciador: S. Freud; Disidentes: A. Adler; W. Reich; C.G. Jung; Continuadores y renovadores: O Rank; S. Ferenczi; K. Horney; E. Fromm; H.S. Sullivan; J. Lacan.

Posteriormente estas regiones fueron concebidas como entidades en relación dinámica y conflictiva. Se crearon entonces “el ello”, entendido como fuente de energía mental que alimenta los deseos e instintos del inconsciente; “el superyó” como la interiorización más o menos consciente de las normas y valores de la cultura, transmitidos sobre todo a través de la familia; y “el yo”, como mediador más o menos consciente entre “el ello”, “el superyó” y el ambiente natural y social.



El campo del conflicto

Desde el punto de vista energético y dinámico, la orientación psicoanalítica postula la existencia de un principio del placer que pugna por la satisfacción de los deseos y la descarga de energía libidinal. Al mismo tiempo, el principio de realidad propone los objetivos posibles y elegibles que quedarán cargados de esa energía y asociados a esos deseos.

Aplicando el marco teórico anterior al desarrollo vital del individuo, y tomando como criterio el exceso o carencia de gratificación, se distinguen fijaciones o regresiones (a) en la fase oral, en la que el placer o displacer se siente en la boca; (b) anal, en el acto de retener y expulsar las heces; (c) fálica, en el contacto con los genitales; y (d) propiamente “genital”, orgásmica, expresada en la gratificación sexual y afectiva.



La labor terapéutica

En este punto de vista, la enfermedad mental aparece como resultado del conflicto u oposición entre los deseos inconscientes, las defensas del yo y las normas de cultura impuestas por la familia y la sociedad. En consecuencia, la terapia buscará la expresión de emociones o deseos reprimidos a través de la asociación libre, los que fluirán entre el paciente y el terapeuta. Este realizará un análisis transferencial, manteniendo una actitud de neutralidad, como si fuera un espejo que facilita el reflejo de los contenidos proyectados por el paciente. También tomará nota de sus propias reacciones contratransferenciales. Y, finalmente, tratará de identificar y superar las resisten-

cias (maniobras de evasión) que durante la ejecución de este proceso expresivo ofrezca el paciente.

El mecanismo represivo actuará selectivamente, eliminando material de la conciencia, y las resistencias mantendrán alejados los contenidos con carga emocional dolorosa. La tarea del analista será por tanto ayudar al paciente a superar sus resistencias y redistribuir la energía libidinal disponible, de modo que las fuerzas represoras del yo o el superyó disminuyan en relación a las fuerzas expresivas⁴². El yo seleccionará los símbolos adecuados para expresar conscientemente la fuente del conflicto. De lo contrario, éste terminará expresándose en el sueño.



Las voces disidentes

El psicoanálisis, como toda teoría psicológica, enfrenta la dificultad de encontrar conceptos claros, distintos y bien definidos que expresen adecuadamente las percepciones internas. En este sentido, sus hipótesis han presentado dificultades de comprobación. Algunos estudiosos inciden en la escasa confirmación empírica de conceptos freudianos como la envidia del pene para caracterizar la sexualidad femenina, o los celos de los hijos hacia el padre o la madre del mismo sexo. Por otro lado, la validación clínica del psicoanálisis, obtenida por experiencias exitosas de tratamiento, es insuficiente. Esto es así tanto por la escasa especificidad de los factores curativos, como por la dificultad de verificar casos completos y comprobables⁴³.

Algunos críticos han acusado al psicoanálisis de dogmatismo, por la ausencia de cuestionamiento en la interpretación de los datos y/o de revisión crítica de interpretaciones alternativas, que podrían ser más idóneas. El mismo Freud, refiriéndose a Adler, sostuvo lo siguiente: “Por lo tanto, utilizaré el análisis sólo para mostrar cómo entre los analistas pudo haber desviaciones del análisis (según sus lineamientos)”. Luego

42 Marx M.H. y Hillix W.A., *Sistemas psicológicos contemporáneos*.

43 *Ibidem*, p. 251

Adler hizo lo propio y analizó a Freud para mostrar por qué éste se resistía a las nuevas teorías⁴⁴.

Si bien el psicoanálisis ha identificado las fuentes sociales y culturales del superyó, no ha enfatizado suficientemente la capacidad que tiene el ser humano para cambiar las estructuras opresoras y alienantes del condicionamiento psicosocial, como sí lo han hecho otros autores disidentes, especialmente Wilhelm Reich, Herbert Marcuse o Erik Fromm. En consecuencia el papel del yo consciente se reduce al de mero conciliador de fuerzas inconscientes y culturales abrumadoras, prácticamente inamovibles en su naturaleza.

Que la motivación sexual sea concebida como la primera y última motivación humana es también una hipótesis discutible. También que la represión sea el mecanismo fundamental de la conciencia. Alfred Adler propuso el sentimiento de inferioridad, como motivación de fondo, y la relación de carencia-compensación, como mecanismo psicofisiológico fundamental. Estas tendencias obligan al yo a ejercer continuamente el poder para lograr los fines incluidos en su plan de vida. Este, a su vez, no podrá ser realizado sin el sentimiento comunitario, aspecto que deja al descubierto el acendrado individualismo que caracteriza a la concepción freudiana. Pero, en la medida en que enfatiza la armonización con la sociedad vigente, Adler condena el sentimiento comunitario a una función de adaptación estable en lugar de una *adaptación creciente*⁴⁵ que transforme con sentido humanizador los esquemas de poder constituidos.



*Crítica a la determinación
del trauma pasado*

Tampoco existirían bases empíricas suficientes para privilegiar los traumas tempranos de la infancia en el análisis. Como ya lo hiciera notar Jung, las fuerzas del pasado lejano deben ser consideradas de la

44 *Ibidem*, p. 254. Paréntesis nuestro.

45 **ADAPTACION CRECIENTE.** Conjunto de conductas personales y sociales que lleva a la modificación progresiva del individuo y su medio. En este sentido, plasma en el mundo la superación de lo viejo por lo nuevo.

misma manera que las del presente y las del porvenir: “En el estudio de la neurosis... Jung no sólo señalaba la importancia del presente, sino que creía necesario comprender el futuro, las potencialidades de hombre, para poder hablar con sentido de él. En la dirección de la conducta humana, según Jung, las metas e intenciones del hombre tienen tanta importancia como su historia”.⁴⁶



Conceptos alternativos de la energía sexual

También en el concepto de la energía humana Jung discrepó con Freud. Mientras que para éste se trataba de una energía ligada a la sexualidad para aquel era una energía vital, de carácter biológico general, que adoptaba su forma y expresión particular de acuerdo a las distintas actividades del organismo. Igualmente Reich criticó a Freud por no llevar hasta sus últimas consecuencias la investigación de la energía desde un punto de vista biosíquico. Este camino se mostró fructífero y terminó consolidándose como orientación bioenergética.



La labor coordinadora de la conciencia

A diferencia de la visión psicoanalítica del psiquismo (consciente -inconsciente / ello-yo-superyó), la PNH abarca la estructura *percepción-memoria-centros-niveles*, interconectada por *impulsos* y coordinada por la *conciencia* que estructura *respuestas* de compensación al mundo. Si bien considera estas funciones como “aparatos” del psiquismo en un sentido metafórico, las bases fisiológicas de ellos son localizables y muchas de sus operaciones son registrables por medio de *la percepción interna*.

La *conciencia* es concebida entonces como un sistema de coordinación y registro propio de un *psiquismo humano*⁴⁷ en evolución. De

46 Marx y Hillix, ob.cit. p. 236.

47 PSIQUISMO HUMANO. Definido en función de la vida, el psiquismo coordina todas

esta manera, no se la reduce o limita únicamente a su manifestación vigliica e intelectual, sino actuando en todos los niveles de trabajo y en la estructura de *presencia* y *copresencia* con la que trabaja el mecanismo de la *atención*⁴⁸. Según este punto de vista, dado que la *conciencia* estructura activamente el mundo, en su tarea de coordinación adaptativa, no se la ve como un suerte de víctima pasiva de las contradicciones “inconscientes” del “ello” y el “superyó”.



*Verdad interna y
Sentido de vida*

En la PNH el “terapeuta” no sólo trabaja sobre el conflicto pasado del “paciente”, sino que intenta comprenderlo en un proceso de auto-conciencia intencionada y significativa, en el que pasado, presente y futuro se interconectan en función de una visión orientada al cese del dolor actual y a la búsqueda de un verdadero *sentido de vida*⁴⁹ capaz de articular coherentemente su existencia.

A diferencia del psicoanálisis, la interpretación válida de los contenidos internos se apoya en el registro de *verdad interna*⁵⁰ vivenciado por el sujeto analizado, antes que en la interpretación impuesta por el psicoanalista de acuerdo a un modelo energético mecánico. Según éste,


las operaciones necesarias para que el ser vivo pueda adaptarse a su medio. Esta relación es inestable e implica transformaciones mutuas crecientes. En el ser humano el psiquismo se presenta como un sistema integrado e interregulado dinámicamente por sentidos, memoria, conciencia, niveles y centros de respuesta.

48 ATENCION. Aptitud de la conciencia que permite observar los fenómenos internos y externos. El estímulo que despierta interés puede quedar en un campo central de atención, al que denominamos campo de presencia que tiene que ver con la percepción. Todo lo que acompaña asociativamente al objeto-estímulo lo llamamos campo de copresencia y tiene que ver con la memoria.

49 SENTIDO DE LA VIDA. Dirección a futuro que da coherencia, permite encuadrar actividades y justifica plenamente la existencia. Sin la imagen de un futuro con sentido el ser humano pierde dirección y ello es fuente de inagotable sufrimiento”.

50 Dario Ergas, en su obra *Sentido del sinsentido*, sostiene que la verdad interna se refiere al claro conocimiento de la propia intención y a la descripción precisa de lo que ocurre internamente: “Aprender a observar lo que me pasa es aprender a vivir con la verdad interna. Diferenciar lo que me pasa de la interpretación que hago de ello, es acercarse a la verdad interna.” (p. 18).

la voluntad del sujeto se encuentra a merced de un juego de fuerzas inconscientes que frecuentemente sólo existe en el *paisaje interno*⁵¹ del analista, quien estructurará la problemática del paciente de acuerdo a sus propios contenidos.



*El proceso transferencial:
Un mismo principio, distinta
interpretación*

En la PNH la *transferencia*, antes que una proyección dirigida hacia el terapeuta, es una técnica que opera en el campo de la representación interna descargando tensiones de unos contenidos y llevando sus cargas hacia otros. Se trata de un traslado de cargas de unas imágenes a otras, de tal manera que la energía psicobiológica se redistribuye en forma pareja, transformando el significado de los contenidos intencionales del sujeto tratado. Así, éste puede integrar los contenidos aislados en una misma estructura de experiencia e interpretación. En este sentido la PNH reconoce y converge con el trabajo pionero de R. Desoille⁵². Este autor, bajo ciertas direcciones de “ascenso” y “descenso” dejaba que el “paciente” transitara dentro de sus ensoñaciones. Cuando se paralizaba, le ayudaba a seguir sugiriéndole imágenes tranquilizadoras. De esta manera podía continuar con la exploración y la integración de su mundo interno.


La finalidad del tratamiento - como en el psicoanálisis - será reconocer y superar resistencias, restituir el flujo de energía retenida y ajustar o ampliar el nivel de *conciencia*⁵³ del paciente, pero no de acuerdo a la interpretación del analista, sino al registro interno de distensión, de integración y a la nueva comprensión del sujeto tratado. Además de ayudarlo en el proceso de integración psíquica, el psicólogo deberá orientarlo en un cambio de actitudes y conductas con encaje subjetivo,

51 PAISAJE INTERNO. Configuración de la realidad que corresponde con la percepción de los sentidos internos, ponderada por los datos de memoria y por la postura intencional de la conciencia, que varía según el estado de sueño, vigilia, emoción, interés, etc.

52 *Lecciones sobre ensueño dirigido en psicoterapia.*

53 NIVELES DE CONCIENCIA. Sueño, semisueño, vigilia, son formas de trabajo del circuito conciencia-sentidos-memoria-centros de respuesta. Los n. de c. cumplen con la función de compenar y estructurar la masa de información, para restablecer la energía síquica.

consciente e intencional. El terapeuta humanista cooperará con el sujeto en esta búsqueda y lo alentará a convertir los sentidos descubiertos en *acciones válidas*⁵⁴ propicias para dar coherencia al trabajo de integración psicológica.



Aportes de la orientación psicoanalítica

La orientación psicoanalítica rescató para la psicoterapia la importancia del mundo interno del paciente. Asimismo, proporcionó conceptos y esquemas de interpretación dinámicos que han permitido trabajar energéticamente al interior del psiquismo humano.

Siguió destacando los principios del dolor y el placer como motivaciones fundamentales de la conducta y el equilibrio psíquico. De esta manera, abrió nuevas perspectivas y creó una fuente de estímulos para la investigación. Las escuelas disidentes aportaron lo suyo, enriqueciendo las formas de enfocar el mismo objeto.


Aunque deformada por la interpretación del analista, la subjetividad del paciente pasó a ser el centro de la curación de las enfermedades mentales y ello humanizó el tratamiento del paciente psiquiátrico antes confinado al encierro y el condicionamiento doloroso y aversivo.

Sin embargo, en tanto reinterpretación de la vida humana, el psicoanálisis se convierte fácilmente en un nuevo sistema de creencias para el paciente. Así, éste tiende a quedar atrapado en una visión pesimista del mundo, en la que el énfasis no está puesto en la libertad creadora y la transformación.

54 ACCION VALIDA. Acto humano consciente, libre y solidario que hace retroceder el sufrimiento en otros y en uno mismo. Se registra o vivencia como acto de unidad.



La orientación conductista⁵⁵

A graphic consisting of a series of overlapping, horizontal, grey brushstrokes that create a textured, shaded background for the text below it.

*El organismo y su medio
Estímulo y respuesta*

De acuerdo a Fernand Lucien Mueller, el conductismo representó “el intento más audaz de reducir la psicología a una ciencia natural, excluyendo de su campo la conciencia (atención, memoria, voluntad, inteligencia) y por tanto, todo recurso a la introspección, para no admitir más que el comportamiento (supuestamente) objetivo”.⁵⁶ Para esta corriente, la conducta se compone exclusivamente de un circuito reflejo y mecánico de estímulos y respuestas controlables y medibles experimentalmente. En la formulación extrema el comportamiento se reduce en última instancia a procesos físico-químicos.

De este modo, no hay diferencia cualitativa entre los seres vivos. Los hombres y los animales están sometidos al mismo proceso de aprendizaje y habituación que combina cadenas de reflejos condicionados cada vez más complejas en un proceso constante y automático de evolución. Se rechaza la causa interna como posible origen de la

⁵⁵ Autores representativos: I. Pavlov; J.B. Watson; E.C. Tolman, E.R. Guthrie; C.L. Hull; B.F. Skinner; J. Wolpe; A. W. Staats.

⁵⁶ *Historia de la psicología*, p. 409 (paréntesis nuestro)


enfermedad mental, destacando la relación de interacción entre el organismo y su medio, como fuente de estímulos positivos o gratificantes (recompensas) y negativos o dolorosos (castigos).



*El condicionamiento como
clave terapéutica*

Se distinguen diferentes tipos de condicionamiento. El clásico expone al paciente a una nueva exposición a la fuente dolorosa para producir una *desensibilización sistemática* (Wolpe) y por tanto una liberación de esa sensación⁵⁷. Bajo el rol instructivo y directriz del terapeuta, el sujeto se reacondiciona con respuestas sustitutorias de relajación y adaptación -en la imaginación o en la realidad- frente a los objetos y situaciones que le producen ansiedad, miedo, vergüenza o tensión en general.

Otro procedimiento, el de condicionamiento operante (Skinner) orienta al paciente a sustituir las respuestas inadecuadas por las adecuadas en lo que se ha denominado “entrenamiento asertivo”. Una persona tímida, por ejemplo, podría sustituir su temor a expresar sentimientos, ensayando un rol más activo en cuanto a expresividad y comunicación. Las técnicas de modelamiento incluyen la imitación de actitudes, el ensayo de nuevos roles y la repetición de conductas asertivas.



*El absurdo intento de
eliminar la subjetividad*

Conductistas, como Edward C. Tolman⁵⁸, reconocen en las conductas observables una intencionalidad subyacente. Aun el animal, en

57 “Luego de un experimento..., la técnica de descondicionamiento o recondicionamiento demostró claramente su efectividad... Mientras el chico comía, se colocaba el estímulo condicionado que provocaba miedo a cierta distancia, de modo tal que no produjera la respuesta de miedo. Luego de varios días de colocar el estímulo (un conejo) cada vez más cerca... el niño pudo finalmente tomarlo sin miedo mientras continuaba comiendo”. (En Marx M.H. y Hillix W.A., *Sistemas psicológicos contemporáneos*, p.197.)

58 *Purposive behavior in animals and men.*

su ambiente y en estado de alerta, manifiesta una actividad intencional, ya que centra su atención y se vale de los sentidos para encontrar su presa: para las orejas, fija la vista, olfatea el aire, inmoviliza su cuerpo, espera el momento oportuno y ejecuta la acción en un instante preciso del tiempo.

Otros conductistas, ampliando la visión, han concluido que el conocimiento psicológico válido no sólo proviene de los sentidos externos (exteroceptores), sino también de los sentidos internos (interoceptores). Esto último es rechazado por los conductistas extremos para quienes no puede existir un conocimiento que no está basado en conductas comprobables porque entonces dejaría de ser científico.

El método conductista tiene consecuencias éticas importantes: si todo está previamente determinado por un mecanismo de causa y efecto, de estímulo y respuesta; si la conciencia no puede controlar nada, ni siquiera parcialmente, la mejora del ser humano, sólo dependerá del sistema de premios y castigos instaurados por la naturaleza o por la sociedad. De nada servirán los esfuerzos que pueda hacer el “paciente”, ya que su “conciencia” es un mero reflejo condicionado.

La eliminación de la subjetividad es por lo expuesto, no sólo una propuesta extrema, sino también absurda. Si se elimina la conciencia, se eliminan al mismo tiempo los pensamientos, las intenciones, las voliciones. Reducir el comportamiento humano a las reacciones del organismo frente a los estímulos, es privar a los actos humanos de toda significación y sentido.

No obstante, y por ello mismo, la psicoterapia conductista no ha podido prescindir, en sus programas de reacondicionamiento conductual, de las técnicas de relajación, sugestión, juego de roles, imaginación dirigida y emulación de modelos, técnicas inaplicables si no existe una colaboración voluntaria y consciente del sujeto.



*La imagen dispara la acción y al
hacerlo configura la conducta*

Existe una relativa convergencia entre la PNH y la corriente conductista, respecto de privilegiar la acción como elemento decisivo del aprendizaje, la transformación y, por tanto, la curación de las personas. Pero en la PNH la conducta no está sometida al estímulo, sino que admite la existencia de un momento deliberativo, en el que evalúan las respuestas posibles, anticipando escenarios y sopesando ideas, emociones y sensaciones relacionadas con la futura acción y sus consecuencias dolorosas o placenteras. Esta dinámica interior refleja el trabajo estructural de los *centros de respuesta*⁵⁹ y el rol fundamental que juega la *imagen*⁶⁰ en la configuración de las conductas y en la ampliación del horizonte temporal humano a través de la respuesta diferida.

Si bien el rol terapéutico de la imagen ha sido aprovechado en la práctica por la psicoterapia conductista, no ha sido consistentemente explicado. Por el contrario, el materialismo mecanicista y darwinista que sustenta filosófica y teóricamente al conductismo extremo ha negado su importancia.

Entre la PNH y el conductismo, existe además coincidencia en relación a las técnicas de relajación y de imaginación dirigidas a habilitar al paciente en el control y manejo de las imágenes, como recurso reprogramador de la conducta. Innovando en este campo, la primera ha contribuido también con técnicas nuevas como la *experiencia de paz*,

59 Los centros pueden trabajar desincronizadamente ocasionándose errores en la respuesta. Del trabajo estructural de los centros se tiene registro cenestésico y percepción psicológica y, por ello, en las experiencias de gran conflicto interno el trabajo de los centros se experimenta como contradicción entre el pensar, el sentir y el actuar.

60 IMAGEN. Representación, estructurada y formalizada por la conciencia, de sensaciones o percepciones que provienen o han provenido (memoria) del medio externo o interno, por vía sensorial. Hay, por ello, imagen visual, táctil, olfativa, auditiva, gustativa, cenestésica y kinestésica. La conciencia formaliza los impulsos en imágenes y éstas a su vez envían impulsos hacia los centros para movilizar respuestas (vegetativas, motrices, emocionales e intelectuales).

*las experiencias guiadas, el trabajo con la fuerza, las transferencias y las autotransferencias*⁶¹.

El ser humano y su medio se transforman mutuamente

La consideración del individuo en estrecha relación con los estímulos del medio, es común a las psicologías conductista y nuevo humanista. La diferencia está en que la PNH no acepta una determinación total. La relación individuo-medio es concebida como un proceso dinámico de transformación mutua y aprendizaje constante: El individuo, al transformar intencionalmente su medio, se transforma a sí mismo incrementando su capacidad personal o colectiva para enfrentar dificultades, problemas y situaciones adversas u oprimentes. El ser humano aparece entonces como un sujeto relativamente libre frente a sus circunstancias naturales, históricas y bio-psico-sociales: Para volar como las aves inventó el avión; para nadar como los peces construyó botes y barcos; con la ingeniería genética ha pasado ahora a intervenir en su propio código genético.

***La conciencia humana:
Un salto en la evolución***

Para la PNH, el psiquismo humano posee un mayor nivel de complejidad respecto del psiquismo animal y considera que la *conciencia* es un centro de coordinación esencialmente intencional⁶², que opera en una nueva dimensión: “Un salto notable se produce cuando comienza entre los homínidos la codificación de signos... La memoria se amplía y no es ya sólo transmisión genética y memoria individual, sino...expe-

61 La descripción y explicación detallada de estas técnicas se encuentra en la ya citada obra *Autoliberación* de Luis Ammann.

62 Los objetos de conciencia (percepciones, recuerdos, representaciones, abstracciones, etc.), aparecen como los correlatos intencionales de los actos de conciencia. La intencionalidad siempre está lanzada hacia el futuro, lo que se registra como tensión de búsqueda, y también hacia el pasado en la evocación. Así, los tiempos de conciencia, en el ser humano, se entrecruzan en el instante presente, siendo determinantes del comportamiento actual.

riencia social. Posteriormente, se da un segundo salto...apareciendo la memoria dispersa, que va prosperando... hasta alfabetos que posibilitan textos, bibliotecas...El aspecto más relevante que ha operado ahí, es que el psiquismo sale de sí, se plasma en el mundo"⁶³. De esta manera, las conclusiones extraídas de experimentos con animales no pueden ser trasladadas mecánicamente al ser humano, quien a pesar de estar limitado por el medio biológico, psíquico y social, siempre cuenta con un margen de libertad para actuar y transformar estas condiciones.

Trabajo interno + Apoyo Social / Desarrollo Humano

Es difícil entender cómo se controla, según el conductismo, la complejidad de las situaciones sociales en la vida cotidiana. Porque para ello, no basta con el dominio de técnicas de control en laboratorio o las sesiones terapéuticas, ni la aplicación autoritaria de mecanismos de premios y castigos. El individuo tiene que (1) conocerse y transformarse en la profundidad de sí mismo y (2) contar con apoyo eficaz personal y grupal, para producir cambios en su vida cotidiana y en la esfera social, concebidas como totalidades en las que se puede contar con un sentido trascendente.

En relación al primer punto –conocerse y transformarse en su interior– la PNH cuenta con el concepto de *espacio de representación*⁶⁴, el cual alude a una espacialidad interna donde las imágenes del mundo se localizan a distintos niveles de profundidad. La modificación de las imágenes con mayor nivel de profundidad, da lugar a una transformación más rica y sostenida de actitudes, roles y conductas.

En este contexto, se le asigna una importancia mucho mayor al rol de los *sentidos cenestésicos*⁶⁵, tanto en lo que se refiere a la adecuada

63 Silo, *Apuntes de psicología*, pp. 15 y 16.

64 **ESPACIO DE REPRESENTACION.** Todos los sentidos producen su representación en un espacio mental... Este espacio no es sino el conjunto de representaciones internas del propio sistema cenestésico... Tiene profundidad, tiene volumen y reproduce, aproximadamente, al propio cuerpo.

65 Los sentidos cenestésicos informan sobre la presión, temperatura, humedad, acidez, alcalinidad, tensión, relajación, etc. y toda otra sensación proveniente del intracuerpo.

transcripción de los registros provenientes del mundo interno, como en la configuración del *espacio de representación*. Importa también el complejo proceso de *traducción y transformación de impulsos*⁶⁶ que determina la interpretación del individuo sobre su situación de sufrimiento.

Respecto al proceso de cambio personal, la PNH no sólo dota al “paciente” de técnicas sencillas y eficaces de relajación, sino que también lo habilita en el manejo de la *atención dirigida*⁶⁷. Un tipo de atención capaz de controlar la divagación y producir relajación, mientras el yo actúa en el mundo con eficacia objetiva y un máximo de beneficio psicológico.

En el proceso de cambio social, se alienta la participación de la persona tratada en aquellos ámbitos humanos donde pueda desarrollar el “sentido de dar”. Está comprobado que el gesto de generoso desprendimiento, produce un relajamiento de la tensión en general. La actitud solidaria, presente en distintas culturas, se opone al individualismo propio de la sociedad moderna que fomenta actitudes posesivas y egocéntricas.



Aportes de la orientación conductista

Paradójicamente, llevar hasta sus últimas consecuencias el postulado científicista de eliminar el objeto propio de la psicología —la psiquis, el alma, la conciencia— constituye un aporte del conductismo.

Registran, además, emociones, operaciones intelectuales, contenidos del sueño, cansancio, etc. Igualmente registran el trabajo de la memoria y de la propia conciencia en tanto aparato que registra permanentemente información.


66 IMPULSOS. Señales llegadas a conciencia desde aparatos de sentidos o de memoria, y que son traducidas por ésta a imágenes, al ser trabajadas por las vías abstractivas o asociativas. Los impulsos sufren numerosas traducciones y transformaciones, aún antes de ser formalizados como imágenes. Así por ejemplo, la acidez estomacal que registro por mi receptor sensorial cenestésico, se me puede traducir como un incendio en una imagen visual. Así el dolor y el sufrimiento terminan fuertemente deformados, traducidos y transformados por la imaginación en general.

67 Forma de atención aperceptual, en que la actividad del pensar está ligada a registros de relajación.

En este intento comprendió el poderoso rol que juega el medio social y la dinámica del aprendizaje en la configuración de la enfermedad. Pero subestimó la potencialidad transformadora del individuo y simplificó el tratamiento reduciéndolo a prácticas de des-acondicionamiento conductual que carecen de la profundidad necesaria para avanzar más allá de la mera sustitución de una conducta sintomática aislada. Esta misma limitación o carencia ha llevado a otros científicos a enriquecer los postulados conductistas e integrarlo dentro de la orientación cognitiva.

vi

La orientación cognitiva⁶⁸



*Vivimos de, por y para
impresiones y prejuicios*

El concepto de cognición alude a ideas, creencias, opiniones y expectativas referidas al conjunto de los procesos por los cuales una persona adquiere información sobre sí misma y su medio, asimilándola para regular su comportamiento. Las terapias basadas en este enfoque comparten los siguientes presupuestos: 1) La actividad cognitiva afecta a la conducta; 2) La actividad cognitiva puede ser controlada y transformada; y 3) El cambio conductual puede obtenerse mediante el cambio cognitivo.

Los antecedentes históricos de este punto de vista se remontan a Epicteto y su teoría de que los hombres no se perturban por las cosas, sino por la opinión que tienen sobre éstas. Pero también se relacionan con la concepción budista de que el sufrimiento es ilusorio, ya que la realidad es construida por el pensamiento. Asimismo, existe una coincidencia con la postura hermética según la cual el universo es una realidad de tipo mental.

68 Autores representativos: G. Nelly; A. Ellis; A. Beck; D. Meichenbaum; M. Seligman.



Las vías del cambio curador

El objetivo de la terapia cognitiva es el cambio de los esquemas mentales (creencias y suposiciones) que impiden el correcto funcionamiento psicológico y social de la persona. Este cambio puede lograrse mediante distintas vías. Una de ellas es el rediseño de la forma de concebir los roles en una persona y el ensayo real del nuevo personaje. El terapeuta instruye al paciente para que se auto-caracterice por escrito. Luego para que re-escriba el texto y explore guiones alternativos. Finalmente lo entrena para que los practique en la vida cotidiana.

Otra vía es el diálogo acerca de las ideas y creencias irracionales del paciente (conclusiones falsas, hipergeneralizaciones, simplificaciones, esquematismos, etc.) hasta que éste reconozca su desproporción y pueda diferenciarlas y definir las mejor desde un punto de vista más ponderado, constructivo y eficaz.

La identificación y contraste de los llamados pensamientos automáticos con la realidad es otra de las vías utilizadas por la terapia cognitiva. Estos se experimentan como si fueran un reflejo, sin discernimiento previo y se graban como plausibles y válidos, es decir, verdaderos. La depresión, por ejemplo, estaría mostrando una estructura cognitiva donde domina una idea negativa del propio yo, la experiencia presente y el futuro imaginado.

También se utiliza la representación de escenas imaginadas⁶⁹ que fomenten interpretaciones alternativas a determinadas situaciones vividas, así como dramatizaciones tendientes a la adopción de otras perspectivas. Dependiendo de las variantes individuales e instituciona-

69 En la PNH, el trabajo interno, personal, introduciendo cambios de perspectivas en la propia escenografía mental, ha sido facilitado por Silo en su obra *Experiencias guiadas*. Apoyándose en la forma literaria se presentan una serie de prácticas psicológicas en las que el lector (léase el 'paciente') puede llenar las escenas con su experiencia interna. Esta puede ser vivenciada, auto observada, evaluada y transformada en sus contenidos sufrientes.

les, la terapia cognitiva puede asignar al terapeuta un rol dominante en la determinación de los pasos a seguir para lograr el alivio o curación del paciente. Estos pasos son: (1) aprendizaje de la auto-observación de pensamientos automáticos; (2) ubicación de la tendencia autodestructiva en estas construcciones; (3) revisión de las hipótesis sobre sí mismo y el mundo, y de los valores en que éstas reflejan; (4) estructuraciones cognitivas alternativas; y (5) prueba de las mismas en situaciones reales.



*Una orientación sin
fundamento teórico*

Una de las críticas más importantes que se le han hecho a la corriente cognitiva es la falta de fundamentación teórica. Mahoney y Arkoff⁷⁰ sostienen que las aproximaciones cognitivas han contribuido con innovaciones técnicas muy interesantes, pero cuyo sustento teórico resulta poco claro. ¿Proviene este descuido de la urgencia por resolver los casos terapéuticos, o simplemente obedece a un vacío en su teoría psicológica original? ¿O proviene, simplemente, de las propias limitaciones del *paisaje de formación*⁷¹, científicista, naturalista y conductista, en que estos terapeutas se formaron?

Resulta difícil de entender la ausencia en el cognitivismo de referencias epistemológicas a autores, no ya europeos - como Husserl, Ortega y Gasset o M. Ponti - sino a los norteamericanos, como George Herbert Mead, creador del interaccionismo simbólico⁷², o el mismo William James, que sin lugar a dudas ofrecieron interesantes descripciones del mundo interno en las que las creencias juegan un rol decisivo e irremplazable en la interpretación del mundo, concebido como juego de perspectivas, adaptaciones y espejismos.

70 "Cognitive and self control therapies". **En:** Garfiel S. y A. Bergin (eds), *Handbook of psychotherapy and behavior*.

71 PAISAJE DE FORMACION. Conjunto de grabaciones (imágenes retenidas en memoria) más antiguas que configuran el substrato biográfico sobre el que se el que se forman los hábitos y rasgos básicos de personalidad... Estas estructuraciones comprometen no sólo al sistema de recuerdos, sino a tonos afectivos, a una forma característica de pensar, a una manera típica de actuar y, en definitiva, a un modo de experimentar el mundo y actuar en él.

72 *Mente, persona y sociedad*.



*Lo humano: ¿Realidad
o Paisaje?*

En las psicologías tradicionales no encontramos una explicación suficiente sobre cómo lo que ocurre en la imaginación termina constituyendo eso que se llama “realidad”. Para incluir la imaginación en la configuración del mundo “real” (que siempre es interpretado de acuerdo a la intención concreta de alguien) es que la PNH utiliza el concepto *paisaje humano*⁷³.

Este vacío teórico puede ser subsanado con dos reflexiones y conceptos fundamentales que son la *imagen*⁷⁴ y el *espacio de representación*. Con respecto a la *imagen*, la PNH sostiene que ésta no es una mera copia de la percepción retenida en la memoria - la que solamente sirve a la conciencia para poder recordar - sino que también actúa deformando, transformando y traduciendo impulsos provenientes de muy distintas fuentes⁷⁵. En el sueño, por ejemplo, un estímulo del mundo externo (zancudos zumbando en los oídos del durmiente) puede ser traducido en la imagen de una carrera de autos. El que sueña puede registrar esta imagen interna con un grado de veracidad tal (creencia), que puede suscitar, al ser retraducida por *cenestesia*⁷⁶, el *registro* de estar viviendo las emociones como si estuviera dentro de la competencia.

73 PAISAJE HUMANO. Configuración de la realidad humana en base a la percepción del otro, de la sociedad y de los objetos producidos con significado intencional. El p.h. no es simple percepción objetal, sino develamiento de significados e intenciones en los que el ser humano se reconoce a sí mismo.

74 IMAGEN. Representación estructurada y formalizada por la conciencia, de sensaciones o percepciones que provienen o han provenido del medio externo o interno por vía sensorial. Hay por ello imagen visual, táctil, olfativa, gustativa, cenestésica y kinestésica. En el sistema de transformación de impulsos, el impulso llegado a conciencia se convierte en imagen. Esta imagen, a su vez, es el conjunto de impulsos que la conciencia envía hacia los centros para movilizar respuestas hacia el mundo (externo-interno).

75 Silo, *Contribuciones al pensamiento*, p.16. Esta obra se puede considerar como la fundamentación fenomenológica de la PNH.

76 CENESTESIA (SENTIDO CENESTESICO). Proporciona datos referidos a presión, temperatura, humedad, acidez, alcalinidad, tensión, relajación, etc. Registra además el trabajo de los centros de respuesta (emociones, operaciones intelectuales, etc.) y de los niveles

La *imagen* cumplirá entonces numerosas funciones⁷⁷, según el nivel de *conciencia* (*sueño, semisueño, vigilia*) y según su ubicación, más o menos profunda, en el *espacio de representación*⁷⁸. Este concepto, desconocido para la psicología oficial, es diferente al de “percepción”, y sirve para que los distintos sistemas de imágenes - correspondientes a las fuentes sensoriales externas e internas - se localicen y actúen sobre el mundo externo o interno, ya sea para alejar el dolor o para atraer el placer.

¿Es la vida sólo el espejo que refleja un ensueño o un mito?

Para la PNH, las creencias, configuradas en imágenes, están influyendo sobre la *percepción*. De manera que procesamos las situaciones no sólo con los datos proporcionados por los sentidos externos, sino también con los de la *memoria* (retenciones) y los de la *imaginación* (protensiones)⁷⁹. Esto ha quedado bien demostrado por la fenomenología de Edmund Husserl.

Las creencias, como los *ensueños*⁸⁰ que las manifiestan, son de distinto tipo, alcance y nivel de profundidad. Hay creencias situaciona-

de conciencia, así como el trabajo de memoria y el propio de la conciencia como aparato de registro y coordinación.

77 Funciones de la imagen: a) Movilizar centros de respuestas para alejar estímulos dolorosos y acercar los placenteros. b) Trasladar cargas psicológicas a niveles físicos. c) Descargar tensiones en la representación. d) Transferir, redistribuir y proporcionar cargas síquicas en el espacio de representación. e) Devolver energía del mundo interno al externo movilizándolo en una determinada dirección.

78 ESPACIO DE REPRESENTACION. Estructura perceptual-representativa de mi cenestesia que se presenta volumétricamente. Posibilita que las representaciones aparezcan arriba o abajo, a izquierda o a derecha, hacia delante o hacia arriba. Y que la ‘mirada’ se ubique respecto de la imagen en una perspectiva delimitada.

79 “(...) la conciencia infiere más de lo que percibe; con aquello que viniendo del pasado, como retención, se superpone a la percepción actual. En cada mirada que lanzo a un objeto veo en él cosas deformadas (...) esto lo estamos diciendo con referencia a la superposición que las imágenes de las retenciones y futurizaciones hacen de la percepción” (*Habla Silo*, p. 174)

80 ENSUEÑOS. Imágenes provenientes de otros niveles de conciencia que presionan el nivel vígilico. Cumplen con la función de descargar tensiones internas, producto del condicionamiento de sufrimiento o dolor. Hay ensueños situacionales y otros de gran firmeza. Estos últimos delatan la presencia de un núcleo que se manifiesta como imagen orientadora de la conducta.

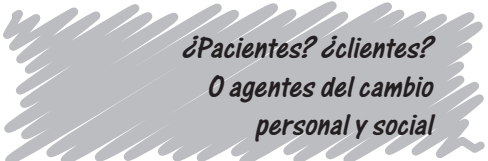
les y otras que comprometen y estructuran la conducta humana y su devenir en el mundo. Estas operan atribuyendo a determinados objetos (por ejemplo el dinero) el poder mágico de otorgar la felicidad. De esta manera, los pensamientos, sentimientos y acciones de las personas, fascinados por ese objeto, tratarán de alcanzar y acumular ese supuesto valor. El argumento-ensueño-creencia se repetirá sin cesar en la mitología dominante interiorizada a través de los medios de arte y comunicación vigentes (para nuestro caso: el cine, la televisión, el Internet).



*Profundizando el cambio
personal*

Una psicoterapia inspirada en los valores del *nuevo humanismo* no puede conformarse únicamente con el cambio de los esquemas cognitivos que están en la base de las conductas situacionales. La PNH aspira a que el “paciente” advierta la acción del núcleo de ensueño⁸¹ cuando éste oriente su vida en una dirección negativa.

En este contexto, puede afirmarse que la orientación cognitiva es acertada cuando transforma las creencias irracionales que están en la base de la conducta situacional. Esto es positivo en la medida que se pueden ensayar nuevas y más eficaces estrategias de adaptación. Sin embargo, no actúa sobre el cambio de dirección general de la conducta del sujeto, la cual depende fuertemente de su *núcleo de ensueño*.



*¿Pacientes? ¿clientes?
O agentes del cambio
personal y social*

En relación a la persona tratada, la PNH no está de acuerdo en considerarlo un “cliente” porque este término connota en castellano: (1) la utilización asidua de los servicios de un profesional o empresa; (2) perso-

⁸¹ NUCLEO DE ENSUEÑO. Núcleo fijo de divagación, observable en los distintos niveles de conciencia, capaz de orientar todas las actividades del psiquismo en una dirección determinada. No es claramente advertido por la conciencia vigilica y racional que se pone al servicio de ese núcleo.

na que frecuenta una tienda o negocio; y (3) la que está bajo la protección o tutela de otra. Tampoco considera adecuado el término “paciente” por la imagen minusválida y dependiente que alienta, y la actitud pasiva que supone. Un término más neutro podría ser “sujeto tratado”. Tal vez el término “persona”, definido como agente de un cambio integral, sostenido y positivo, pueda ser idóneo. Estas no son discusiones meramente “terminológicas” o bizantinas, sobre todo considerando que las “palabras” con las que designamos a otros son simultáneamente “formas de mirarlos”: imágenes que nos llevan a darles un tipo de trato u otro.

Reconociendo que existe una gran diversidad cultural e individual, la PNH aspira a una relación de igualdad en la que ningún ser humano se considere por encima de otro. Si bien el terapeuta puede adoptar en algunos casos un rol directriz, éste sólo podría justificarse transitoriamente, ya que lo ideal es que se avance constantemente hacia una horizontalidad en la relación y a la creciente autonomía de la persona tratada.

Al igual que en el caso del conductismo, del cual procede, la orientación cognitiva tampoco plantea el compromiso del sujeto tratado con el cambio constructivo, solidario y no violento de las estructuras sociales y culturales que han moldeado su conducta y su carácter de manera tan sufrida. Si bien considera que existe una estrecha relación entre la enfermedad individual y el condicionamiento colectivo, propone cambios en el terreno interpersonal, pero no en el terreno económico, político y cultural a través de la participación social.



Aportes de la orientación cognitiva

Con respecto al psicoanálisis y al conductismo, la corriente cognitiva significó un paso importante y positivo. En el terreno de la acción terapéutica superó la visión del ser humano como víctima de las estructuras inconscientes y de los reflejos condicionados.

Esta superación del naturalismo mecanicista, propio del cientificismo ingenuo, derivó en la aplicación de técnicas apropiadas para que la persona tratada pueda incorporar la descripción de su mundo interno, el trabajo de su imaginación y el cambio intencional por medio de su acción.

En forma práctica la corriente cognitiva permitió tomar conciencia de las creencias erróneas acerca de uno mismo y los demás. Sin proponérselo teóricamente, consideró a la creencia como el resultado de la imbricación de los *paisajes internos*⁸² y las *miradas*⁸³ que se produce en la interacción social.

Como sostiene Ernst Cassirer, el ser humano “ya no vive en un puro universo físico sino en un universo simbólico. El lenguaje, el mito, el arte y la religión constituyen partes de ese universo... Vive, más bien, en medio de sus fantasías y de sus sueños”⁸⁴. Por esta razón en el Nuevo Humanismo se prefiere hablar de “paisajes” y no de “realidades”, recalcando que al mencionar “paisaje” siempre se está implicando la *mirada* de quien, valga la redundancia, “mira” ese paisaje que el cientificismo naturalista ingenuo confunde con una “realidad objetiva” absoluta e independiente de toda interpretación.

82 PAISAJE INTERNO. Desde el punto de vista psicosocial, el estudio del p.i. de una sociedad permite comprender el sistema de tensiones básicas de ésta en una situación dada, y la configuración de imágenes articuladas como creencias y como mitos. El p.i. se experimenta en la postura de la conciencia “hacia adentro”, teniendo como referencia el registro interno del límite táctil-cenestésico.

83 MIRADAS. Actos complejos y activos, organizadores de “paisajes”, y no simples y pasivos actos de recepción de información proveniente de los sentidos externos o internos. La mirada humana está cargada de intención e interpreta las situaciones del mundo a través de símbolos, signos y alegorías portadores de una determinada significación intelectual, moral, emocional.

84 *Antropología filosófica.*

vii

La orientación sistémica⁸⁵



*Proceso evolutivo y
multicausalidad⁸⁶*

“Sistema”, “estructura”, “ecología”, “comunicación”, “evolución”, “causalidad circular”, “estrés” y “cambio de paradigma” son conceptos característicos de la teoría general de los sistemas (Ludwig von Bertalanffy), la teoría de la información (Claude Shannon), la cibernética (Norbert Wiener) y la antropología cultural sistémica (Gregory Bateson). Esta perspectiva se propone introducir un vuelco revolucionario en el modo de concebir la psicología y tratar la enfermedad mental.

La orientación sistémica ha cuestionado el concepto clásico de causalidad lineal según el cual un determinado fenómeno tiene como origen una o varias causas que lo explican. Propone en cambio una causalidad circular en que los fenómenos o elementos componentes de una estructura se encuentran siempre en relación dinámica, afectándose entre sí y produciendo cambios en el tiempo. En este proceso, A

⁸⁵ Autores representativos: G. Bateson, D. Jackson, P. Watzlavick, V. Satir, S. Minuchin, J. Haley, M.S. Palazzoli.

⁸⁶ Para la descripción de esta corriente me remito al capítulo XVI de libro *Corrientes fundamentales en psicoterapia* de Jürgen Kriz.

influye sobre otros elementos produciendo cambios que revierten sobre el mismo elemento A.



¿Estoy enfermo yo?

¿La sociedad?

¿O mi familia?

Los trastornos psíquicos, que hasta ese momento eran considerados como “individuales” - desencadenados por conflictos internos, por un proceso de aprendizaje equivocado, o por un pensamiento erróneo – en la lógica sistémica son analizados a través de la función que cumplen en las estructuras comunicativas del sistema familiar y social. La familia deviene así en un ámbito privilegiado de atención terapéutica. Ella será vista como una estructura que tiende a perpetuarse a sí misma y, en ese intento, crea los mecanismos para integrar el ruido perturbador proveniente del elemento considerado enfermo. Se ha comprobado que la familia crea formas de resistencia para evitar que el enfermo se cure, pues ello implicaría el cambio de hábitos y paradigmas que rigen las relaciones entre sus miembros.

Estas formas de resistencia forman un patrón estructural bajo el cual se ordenan e integran al sistema las presiones provenientes de los distintos componentes (biológicos, psicológicos, históricos-sociales) del conflicto psíquico sobre el que se intenta intervenir. Las presiones en la causalidad circular (realimentación) característica de la visión sistémica configuran una tendencia positiva o negativa. La realimentación negativa activa los mecanismos de defensa que aseguran la estabilidad de la estructura. La positiva produce lo contrario, hasta el punto de hacer “estallar” el patrón estructural. En este caso, el sistema se reorganizará de acuerdo a un nuevo patrón que permita ordenar e integrar con eficacia la presión ejercida sobre el sistema y su forma de asimilar el conflicto.



Integración psicosocial

La perspectiva sistémica obliga a diseñar un modelo en el que se consideren múltiples niveles: el nivel fisiológico (subsistemas pulmonar,

circulatorio, digestivo, etc.); el nivel psicológico individual (funciones y procesos perceptivos, representaciones, cogniciones, sentimientos, motivaciones); el nivel individuo-medio físico; y el nivel individuo-medio social. Aunque cada nivel es cualitativamente distinto, admite intervenciones propias y específicas. Como mantienen interacciones mutuas, el cambio que se logra en uno puede afectar a los demás. En la aproximación interaccionista⁸⁷ se puede inferir el siguiente modelo de análisis:

- 1. El nivel de la persona** en su funcionamiento biológico, psicológico y sociológico, considerado como mediador de factores de tensión. Las diferencias individuales explican las distintas respuestas a un mismo factor estresante. Los problemas orgánicos afectan gravemente la energía y la resistencia requeridas para hacer frente a las situaciones de tensión. El individuo tiene una visión de sí mismo que es decisiva a la hora de enfrentar el medio, aumentando o reduciendo la carga de tensión perturbadora. Finalmente en el nivel social –la familia, los amigos y las redes de apoyo social– los diversos actores pueden aumentar o disminuir esa misma carga, facilitando o dificultando con su respuesta el proceso de curación.
- 2. El nivel de los agentes estresantes ambientales**, definidos como acontecimientos, objetos o procesos que susciten un cambio en la persona. Pueden provenir de distintos ámbitos (alojamiento, empleo, salud, pareja, hijos, etc.), admitir distintos contenidos o temas (muerte de un hijo, despido intempestivo del trabajo, etc.) y representar diferentes grados de gravedad según la frecuencia, intensidad, duración, forma, complejidad, posibilidad de control, predecibilidad, etc., que esas presiones posean.
- 3. El estado de estrés**, tomando como referencia la carga del sistema, el tipo de experiencia y el nivel de activación puede dar como resultado estados de confusión, delirio y agitación, si hay sobrecarga, o estados de retraimiento, apatía y alucinación, en el caso de subcarga del sistema.

87 Marsella, *An interactional model of psychopathology*, en O'Connor y Lubin (eds.), *Ecological approaches to clinical and community psychology*, pp. 232-250.

En este modelo, la psicopatología puede definirse como “adaptativa” porque representa los patrones de respuesta a estados psicológicos y fisiológicos de estrés. Se observa en esta perspectiva la simbiosis de las aproximaciones conductistas e interaccionistas con las sistémicas.



*La familia como sujeto de
Intervención terapéutica*

Otros modelos tratan de operar directamente sobre la familia, más que sobre el individuo. Así diferencian los siguientes componentes a los que habría que atender prioritariamente:

1. **A nivel normativo y conductual**, la claridad y definición en los límites, jerarquías y roles dentro del grupo de parentesco (padres, parejas, hijos, tíos, abuelos, etc, y sus relaciones recíprocas)
2. **A nivel de la estructura familiar**, la capacidad reguladora del sistema en las secuencias típicas de interacción (causalidad circular) que sirven para mantener el equilibrio u homeostasis familiar y en la que uno de sus miembros identificado por ello como enfermo juega un rol central en el mantenimiento de este equilibrio.
3. **A nivel interactivo**, los problemas de comunicación entre los miembros de la familia se manifiestan en fenómenos de doble vínculo (si el “paciente” hace A lo sancionan y se hace B también: por ejemplo, si quiere salir a la calle lo desalientan; y si se queda en casa, lo critican), escalada simétrica (culpabilizarse mutua y crecientemente entre miembros de la familia) y complementariedad (padre negligente-niño desobediente; padre autoritario-niño sumiso).
4. **A nivel de proceso**, la capacidad de la familia para manejar las crisis o los retos a su estabilidad a lo largo del ciclo vital.



Dificultades operativas

Jurgen Kriz⁸⁸ advierte que la aplicación de la teoría de los sistemas al campo psicológico puede entrañar dificultades en cuanto a la definición clara y precisa del punto de vista establecido, los límites de cada sistema, las relaciones entre sus componentes y las relaciones con otros sistemas de mayor o menor nivel. Si tuviéramos que jerarquizarlos por su mayor o menor dimensión aparecería el siguiente orden:

*Partículas subatómicas / Átomo / Molécula / Órgano /
Sistema de órganos / Persona u organismo / Familia nuclear
/ Familia extensa / Subgrupo comunitario / Ciudad o comuna
/ Departamento o provincia / Estado / Asociación de Estados
/ Mancomunidad universal de naciones*




Mas allá de la intervención familiar

Centrar la terapia en las relaciones entre los miembros que componen el sistema familiar, incluido el “paciente”, puede llevar a dejar de lado otros ámbitos, como, por ejemplo, el trabajo. Es el caso del padre de familia, que regresa a su casa muy cansado y sólo atina a expresar su ira. La pertenencia a un grupo de referencia político o religioso también podría ser relevante en la comprensión de ciertas actitudes que alivian o perturban el sistema de relaciones familiares.

El mismo autor destaca que, por más consideraciones prácticas y técnicas que justifiquen limitar el quehacer terapéutico a la familia, si se lo hace irreflexivamente se pasarán por alto los otros aspectos esenciales que concurren a determinar la dinámica familiar. En realidad, la terapéutica sistémica llega a reconocer el rol del individuo en el proceso de curación pero desatiende el papel decisivo que juega la estructura

88 Ob.Cit., pp. 292, 293 y 294.

social (económica, política, ideológica), que la familia reproduce o refleja, como lo demuestra Wilhem Reich en su estudio sobre la psicología de masas del fascismo.




*Sistema y estructura
Interiorización de la
perspectiva sistémica*

La PNH ve en la perspectiva sistémica una aproximación válida al estudio de los objetos, del proceso de la vida en general y de la humana en particular. Pero, en este último caso, y para dotarla de mayor flexibilidad y exactitud, se ha preocupado de diferenciar el sistema de la *estructura*, y de hacerla conjugar con las ideas de *conciencia*, existencia e *intencionalidad*.

La fenomenología ha destacado que, en la noción de estructura, los elementos de un todo no son las partes, sino los miembros relacionados entre sí. El todo no es la mera suma de sus partes. Cuando se habla de sistema se está aludiendo a la relación del individuo con su medio. Sin embargo, se olvida a menudo que ese individuo es también una *estructura*. Por ello la PNH designa como sistema a la relación que una estructura (el individuo) guarda con otra que actúa como su medio.

Los sistemas y las estructuras varían según el punto de vista con que se aprecie el objeto de estudio. Por ejemplo, un miembro de la familia puede ser visto como un individuo (con sus componentes bio-síquicos-existenciales) o relacionándose en distintos ámbitos sociales: de trabajo, estudio, amistades, participación política, clase social y época. La descripción que surja será muy limitada si solamente se lo estudia en sus relaciones conflictivas dentro del grupo familiar, ya que éste no es el único medio donde se desempeña el individuo.



*Integración sistemática
de perspectivas*

La PNH es un resultado de la aplicación consecuente de la perspectiva sistémica, previamente desarrollada y enriquecida con otros

aportes filosóficos que han cumplido un rol orientador del conocimiento. Formulada dentro de un marco filosófico que reconoce la existencia de leyes universales posee también un método⁸⁹ que no sólo permite comprender problemas, sino que actúa como herramienta de transformación del que investiga y del mundo que lo rodea. Este método se desarrolla en tres etapas: 1) Estudio de los componentes del objeto de estudio; 2) Estudio de las relaciones con otros objetos; y 3) Estudio del proceso del objeto⁹⁰.

Si tenemos como objeto de estudio la relación terapéutica, el propio terapeuta quedará incluido dentro del sistema. Se trata de un nuevo componente que puede relacionarse con la familia de distintas maneras, según como entienda él la perspectiva sistémica. Por ejemplo, el terapeuta puede pensar que como el sistema familiar se autoregula para mantener el equilibrio, lo único que tiene que hacer es “petardearlo” hasta hacerlo explotar y de esta manera abrir el espacio para la aparición del nuevo patrón de reglas de organización. En este caso estaría introduciendo en la perspectiva sistémica un nuevo mecanicismo naturalista, sin tener en cuenta que en el mundo humano, los cambios y las transformaciones no sólo necesitan producirse, sino también comprenderse e intencionarse hasta convertirse en hábito personal o social. El terapeuta puede acelerar conscientemente los elementos más progresivos de la situación para hacer realidad la superación definitiva de los factores de perturbación.

89 Expuesto en libro *Siloismo* de H.V. Doren.

90 Estos tres pasos metódicos se realizan teniendo en cuenta las cuatro leyes universales propuestas por Silo en la obra acabada de citar: 1) Ley de estructura: Nada existe aislado, sino en relación dinámica con otros seres dentro de ámbitos condicionantes; 2) Ley de concomitancia: Todo proceso está determinado por relaciones de simultaneidad con procesos del mismo ámbito y no por causas lineales del movimiento anterior del que procede; 3) Ley de ciclo: Todo en el universo está en evolución y va desde lo más simple a lo más complejo y organizado, según tiempos y ritmos cíclicos; 4) Ley de la superación de lo viejo por lo nuevo: La continua evolución del Universo muestra el ritmo de diferencias, complementaciones y síntesis cada vez de mayor complejidad. Nuevas síntesis asumen las diferencias anteriores y eliminan materia y energía cualitativamente no aceptables para pasos más complejos.

El rol del grupo social y de los valores en el proceso terapéutico

La curación definitiva puede dificultarse sustancialmente, si es que las personas afectadas por el problema -incluido el terapeuta, la familia y las organizaciones sociales- no asumen un rol activo, en el que el acto reflexivo, la actitud solidaria y el comportamiento coherente, vayan detectando y superando las dificultades de adaptación que el sujeto afectado padece, cualquiera sea el ámbito en que se presenten.

Si tuviéramos que aplicar muy someramente las leyes universales al proceso de curación, tomando como eje de referencia a la familia, sería aconsejable empezar diferenciadamente con cada miembro de esta estructura. Habría que crear primero las condiciones para que cada cual registre el sentido solidario de su acción. Y luego habilitarlo en el manejo de técnicas básicas de *autoliberación*⁹¹ propuestas en la PNH. El momento de complementación, marcado por el reencuentro con el grupo familiar, adquiriría así otro sentido y otras posibilidades en el contexto de un cambio intencional visto desde los *principios de vida*⁹² y la *actitud humanistas*⁹³.

91 En la obra *Autoliberación* de L. A. Ammann estas técnicas están didácticamente expuestas en forma de cursos: distensión, psicofísica, control de imágenes, atención dirigida y autoconocimiento.

92 **PRINCIPIOS DE VIDA.** Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo. Cuando fuerzas algo hacia un fin, produces lo contrario. No te opongas a una gran fuerza; retrocede hasta que aquella se debilite, entonces avanza con resolución. Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente. Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones. Si persigues el placer, te encadenas al sufrimiento; pero, en tanto no perjudiques tu salud, goza sin inhibición cuando la oportunidad se presente. Si persigues un fin, te encadenas; si todo lo que haces lo realizas como un fin en sí mismo, te liberas. Harás desaparecer tus conflictos cuando los entiendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos. Cuando perjudicas a los demás, quedas encadenado; pero si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad. Cuando tratas a los demás como quieres que te traten, te liberas. No importan en qué bando te hayan puesto los acontecimientos, lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando. Los actos contradictorios o unitivos se acumulan en ti; si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte. (Silo, *Humanizar la tierra*)

93 **ACTITUD HUMANISTA.** Ubica al ser humano como valor central. Afirma la igualdad

Con la comprensión de estos principios y la determinación de practicarlos, se harán tangibles los valores del nuevo humanismo en las situaciones de la vida diaria. La reconciliación, el aprecio por los demás (aunque sean distintos a mi) y la ayuda mutua se expresaran en acciones concretas que aliviarán el sufrimiento del “paciente” y su familia. Un nuevo momento del proceso, más equilibrado y armónico, se abrirá paso si, además, cada miembro de la familia afirma sus cualidades o virtudes en terrenos comunitarios positivos, distintos a los del conflicto. De esta manera se le sustraería a la “enfermedad” parte importante de la energía con la cual ésta opera, subsiste y se desarrolla.



Aportes de la orientación sistémica

La perspectiva sistémica ha facilitado la inclusión de diversos planos del psiquismo y ámbitos del medio en la explicación de los trastornos psíquicos que, más que anormalidades individuales, son vistos como resultantes de la interacción de multiplicidad de factores que, en cada situación concreta, deben analizarse desde el punto de vista de la integridad de una estructura humana amenazada por el estrés individual y social.

Otro aporte interesante es el énfasis puesto en que la curación no sólo consiste en mantener una supuesta homeostasis del sistema, conservando sus patrones de regulación a cualquier precio, sino también cambiar esos mismos patrones por otros, con lo cual se rescata para la terapia la idea de un cambio estructural. Esta interesante idea, sin embargo, no ha sido proyectada hacia la estructura social generadora de estructuras enfermas alterantes de familias e individuos⁹⁴.

de todos los seres humanos. Reconoce y valora la diversidad personal y cultural. Desarrolla el conocimiento por encima de lo impuesto como verdad absoluta. Afirma la libertad de ideas y creencias. Repudia la violencia. Reconoce la intención y libertad en otros. Asume compromisos de lucha no violenta.

94 Es reconocido que los medios masivos de comunicación ejercen una importante función social liberadora o alienante a través de la producción y difusión de modelos de conducta. Ejemplo de modelo negativo: la acción violenta (guerras, matanzas, engaños, traiciones) como medio “legítimo” y “eficaz” para alcanzar los fines personales o grupales.

La orientación sistémica, no sólo es un punto de referencia para el tratamiento de la familia, sino también un marco teórico para la integración y aplicación coherente de las distintas orientaciones psicoterapéuticas (psicoanalíticas, conductuales, existenciales, cognitivas) cada una de las cuales deja su impronta particular.

Los conflictos de comunicación interpersonal han mostrado ser un campo fructífero para el desarrollo de explicaciones, procedimientos y técnicas de intervención que mejoren la calidad de la relación humana en todos los contextos de interacción. La superación de situaciones críticas no sólo depende, entonces, de lo que alguien haga por sí mismo, sino también de los procesos persuasivos positivos que tengan como base el diálogo y el acuerdo entre personas. En lugar de competir para eliminarse, éstas colaborarán entre sí para lograr el bien común.

viii

Perspectivas Humanistas⁹⁵



*Las preguntas
fundamentales*

Las perspectivas humanistas coinciden en que, más allá de la “objetividad natural y social” se encuentra al ser humano (yo, tu, él, nosotros) en situaciones concretas y en posibilidad de lograr una existencia cada vez más genuina o auténtica. El ser y el sentido del hombre, es el ser y el sentido de cada uno en su circunstancia particular: ¿Quién soy? ¿Qué hago aquí? ¿Qué quiero ser? ¿Adónde voy? Son preguntas existenciales que encuentran respuestas en el tiempo limitado de una vida particular y en su radical soledad, libertad, responsabilidad, precariedad y muerte. Es en la liberación de esta angustia generalizada, que la cultura, la ciencia, la sociedad, la economía, la religión, todo el quehacer humano, incluida la psicología y la psicoterapia, adquieren un sentido verdaderamente humano.

95 “Mientras que las terapias de psicología profunda y de la conducta se elaboraron (...) desde un edificio teórico relativamente homogéneo, el concepto ‘terapias humanistas’ define un haz (...) de variadísimos abordajes, reunidos no tanto por una teoría común cuanto por una imagen del hombre bastante homogénea, y concordancias básicas en los principios de trabajo terapéutico...” (J. Kriz, J. *Corrientes fundamentales en psicoterapia*, p. 219).



*Libertad
condicionada*

No existe pues una esencia inalterable, una naturaleza fija, un comportamiento objetivo universal, sujeto a leyes inmutables y determinantes. El ser humano sólo puede ser aprehendido “desde dentro”, como ser autónomo, en su temporalidad, en su finitud y en la propia representación de sí mismo. El momento vivido es crucial. El hacer, el obrar, va constituyendo al ser humano en el tiempo. La realidad humana en todas sus expresiones, se construye a través de la reflexión, las decisiones y las acciones en un campo dinámico compuesto de límites y posibilidades. En cada circunstancia el hombre elige entre alternativas y aquello que elige lo configura. Aun ante la muerte puede decidir sobre la actitud con la que enfrentará este hecho inevitable. Por lo tanto, es responsable frente a sí mismo y los demás. En esta condición irrenunciable radica la posibilidad cierta de su autonomía, sentido y dignidad.



*Desarrollo personal para
la transformación social*

La PNH asume el mismo postulado: En el encuentro y en el diálogo con el otro, el ejercicio de la libertad responsable, sin manipulación pragmática, ni mala fe, permite ser para el otro, compañero del otro. La amistad puede fraguar entonces el crecimiento en libertad. Pero advierte que, en ese intento emancipador, el ser humano se ve obstaculizado por el poder opresor y alienante del sistema histórico social. No puede existir liberación personal plena sin lucha solidaria por la liberación social. Pero, a su vez, ésta carece de sentido si no repercute en la liberación personal. Más claramente: Desarrollo personal para la transformación social de aquellas condiciones económicas, políticas, culturales que justamente nos han creado dolor físico, perturbación emocional, confusión mental y desorientación existencial.

1. PSICOTERAPIA GESTÁLTICA⁹⁶

El psiquismo: totalidad integrada que se configura desde dentro, pero se transforma por la acción en el mundo

Las leyes de la forma - percibida como totalidad integrada - tienen validez para el organismo humano como organización total y dinámica, autorreguladora de las relaciones con el medio. Estas leyes se oponen a una psicología de los elementos según la cual los fenómenos psíquicos se componen de elementos singulares que los explican y se pueden estudiar por separado.

Esta aproximación supone que no puede forzarse lo viviente en contra de su propia naturaleza, sino que es posible y necesario plegar aquellas fuerzas que ya existen como posibilidad. Las fuerzas configuradoras del psiquismo son interiores. El terapeuta (asesor) se limita a modificar condiciones periféricas que puedan estar dificultando la expresión plena de la interioridad humana.

El proceso de curación no se limita a la sesión terapéutica, sino se prolonga hasta abarcar la vida cotidiana del "paciente" denominado el "asesorado". Los procesos de crecimiento, maduración y curación tienen su ritmo propio y no pueden ser apresurados. Es preciso muchas veces actuar por rodeo.

La importancia terapéutica del contacto humano


La experiencia interna, el encuentro con otros seres humanos y la actitud ante la vida, en un contexto de crecimiento cotejado con el mundo, priman sobre toda teoría. La meta es percatarse de lo que nos acontece, es decir, lograr una creciente autoconciencia, sin bloqueos ni

⁹⁶ Autores representativos: W. Köhler, K. Kofka, K. Goldstein, W. Metzger, y S. Pearls. Referencia bibliográfica: KRIZ J., *Corrientes fundamentales en psicoterapia* Cap. 13.

rechazos. Vivir es un encuentro creador del sujeto con el mundo, impulsado por las necesidades en tanto “unidades de sentido” y “figuras” que se destacan sobre un “fondo” de circunstancias.

La enfermedad es percibida como la perturbación del proceso de contacto con uno mismo y con el ambiente, en alguna de las etapas propias de la acción: precontacto, contacto, consumación, postcontacto. Si el proceso de contacto se interrumpe en alguno de estos momentos se genera una situación incompleta que pugna por ser cerrada.

La neurosis es una maniobra protectora frente a una amenaza del mundo exterior. Involucra cuatro mecanismos: 1) Introyección (incorpora condicionamientos sin una asimilación consciente como puesta de prueba); 2) Proyección (partes indeseadas de la propia persona se alucinan como situadas fuera del organismo); 3) Retroreflexión: agresividad originalmente dirigida hacia un objeto externo que se vuelca hacia la propia persona; 4) Confluencia (el organismo se fusiona con el otro renunciando a su propia identidad).

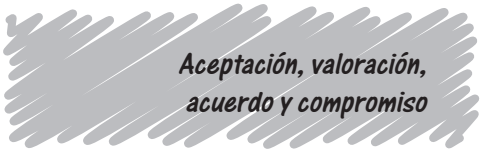


*Superando resistencias
por el esfuerzo propio*

El análisis de las resistencias constituye el eje terapéutico fundamental. Pero, a diferencia del psicoanálisis, la resistencia no es interpretada o eliminada, sino que se la aprovecha como una forma (gestalt) experimentable que se debe dominar en el aquí y en el ahora, en la confrontación con el medio y consigo mismo. El vencimiento de la resistencia se vuelve la clave del crecimiento personal.

El apoyo del terapeuta es esencial - acompañamiento empático, contacto yo-tu, cooperación, aliento, amparo, confianza - para que la superación de las resistencias no sucumba ante la frustración derivada de los intentos iniciales. El reconocimiento y aceptación del fracaso, así como los avances logrados en cada intento, se convierten en una fuerza impulsora del proceso de integración de lo no resuelto.

2. PSICOTERAPIA DE DIÁLOGO⁹⁷



*Aceptación, valoración,
acuerdo y compromiso*

Según esta corriente, el ser humano nace con una tendencia a la realización que, si no se falsea y se desvía debido a sucesos tempranos de la niñez, dará como resultado una persona permeable a las nuevas experiencias, capaz de reflexión, espontánea, capaz de valorar a otros, a sí misma y, sobre todo, de cambiar por propia comprensión y voluntad.

Para que lo anterior pueda darse es esencial que el terapeuta no ejerza un rol directivo, sino que desarrolle una actitud de consideración positiva e incondicional hacia el “cliente”, de empatía (ponerse en lugar de él para entenderlo dentro de su mundo) y de autenticidad o congruencia (coincidencia entre lo que siente, piensa, hace o dice).

Dentro de la relación terapéutica, las personas empiezan a cambiar cuando se sienten aceptadas y comprendidas tal como son. Esta mirada produce una relajación de los sentimientos, que empiezan a ser reconocidos como propios, y a fluir nuevamente dentro de la conciencia. Esta es la primera condición para que el “cliente” encuentre en sus vivencias aquellos significados que puedan transformarse en referentes válidos de conducta.

En el fondo, la terapia no es más que un proceso de comunicación y enfrentamiento con las barreras que lo obstaculizan: ...“la neurosis o la perturbación psíquica consisten: primero en una ruptura de la comunicación consigo mismo y después, como consecuencia, en el deterioro de la facultad para comunicarse con otros”.⁹⁸

97 También llamada “psicoterapia centrada en el cliente” o “terapia no directiva”. Autor más representativo: Kart Rogers. En el desarrollo de este tema nos hemos basado centralmente en las ya citadas obras de Martorell y Kriz, así como en el artículo *Terapia rogeriana* de Gerardo Rodríguez, publicado en: Castanedo C., *Seis enfoques psicoterapéuticos*.

98 Rogers, citado por Rodríguez G., Ob. Cit., p. 229 y siguientes.

Es en el encuentro transparente, abierto, sincero, amable, entre el terapeuta y la persona tratada, cuando las dos subjetividades aprenden a estimarse y comprenderse, sin juicios, sin mandatos, sin condenas, sin cientificismos cosificadores, que se va produciendo la curación. Esta es entendida, no sólo como una liberación de miradas parciales y degradantes acerca de uno mismo, sino también como conciencia de contradicciones y del proceso creciente de coherencia.

Los resultados de la terapia se pueden comprobar porque: (1) la persona modifica y reorganiza la concepción que tiene de sí mismo (se concibe como sujeto de valor, autónomo, capaz de aprender de la propia experiencia, abierto hacia su mundo interno y el mundo interno de los demás); (2) se acerca a la experiencia inmediata de su yo (registra lo sensorial y visceral, lo integra al conjunto de la conciencia y redefine su yo alienado a partir de la experiencia interna, en lugar de negarla por acción de éste); (3) la persona llega verdaderamente a quererse, lo que se experimenta como satisfacción pacífica con uno mismo, antes que como autoafirmación compensatoria; (4) brota la creatividad constructiva (la persona empieza a cultivar sus virtudes y potencialidades); (5) aceptación de una relación de afecto y admiración recíproca por compartir una lucha auténtica y liberadora que convierte a todos los hombres en hermanos; (6) se descubre la esencia positiva del ser humano. En sus profundidades no se encuentra la animalidad, sino valores y aspiraciones genuinamente sentidos en su fuerza de orientación.

3. PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA ⁹⁹



*Más allá de los síntomas
Lo que pudo ser y no fue*

De acuerdo a esta orientación, antes de toda consideración psiquiátrica o psicológica, la pregunta fundamental es: ¿Qué ha ocurrido, qué ha pasado, efectivamente, en la vida de este ser humano concreto

⁹⁹ Autores representativos: K. Jaspers; Minkowaki; L. Binswanger y Von Gebattel. Para el desarrollo de este tema nos hemos basado centralmente en la obra ya citada de Serban Ionescu “*Catorce enfoques de la psicopatología*”

y único en su devenir trascendental?¹⁰⁰ No se trata de averiguar cuáles son los síntomas, las causas “objetivas”, provenientes de su personalidad, carácter, temperamento, herencia, fisiología o genética. El punto de partida es la conciencia del “paciente” en su intencionalidad, constituida por el juego estructural de retención (lo que lo ata a un pasado sufriente), protensión (lo que le preocupa o teme del futuro) y presentación (lo que vive en el presente). Se trata de una concepción de la temporalidad en la que las representaciones del pasado y el futuro influyen decisivamente en la interpretación de la situación actual.

La descripción estricta de la experiencia debe revelar las deficiencias existentes en la interacción de esas tres dimensiones esenciales. Es el caso del testimonio de una persona que, en actitud de reproche melancólico, instala en su conciencia la siguiente creencia: “Si yo no hubiera propuesto la excursión en la que se accidentó mi marido, él aún viviría”¹⁰¹. Aquí, las posibilidades futuras (protensiones) son anuladas por las posibilidades vacías (retenciones). En la medida en que la protensión se confunde con la retención, el futuro se cierra y ya no queda nada por cambiar en el presente vivido.

El punto de vista fenomenológico cuestiona los supuestos del modelo médico aplicado por las corrientes científicistas en tanto asume ingenuamente que: (1) la “enfermedad mental” tiene causas individuales internas; (2) las personas pueden ser clasificadas como “sanas” y “enfermas”; (3) el diagnóstico sirve para separar a los enfermos de los sanos y descubrir las causas de la enfermedad; (4) los psiquiatras y los psicólogos poseen el saber sobre lo que es enfermedad mental y, por tanto, el poder de curarla; (5) el discurso de los enfermos debe ser supeditado al, o negado por, el discurso de los expertos.

De acuerdo a lo anterior, la estructura del hospital discrimina a los pacientes con su organización jerárquica, en donde los expertos tienen

100 Trascendencia: del latín “transcendere”, trascender, sobrepasar. Aquello que está más allá de los límites naturales y de uno mismo. El pensamiento se auto trasciende en la medida en que se dirige a algo que está más allá de él.

101 Caso expuesto por Ludwig Binswanger en su obra *Melancolía y manía* (Citado en: Ionescu, S., *Catorce enfoques de la psicopatología*, pág. 272.)

poco contacto con los pacientes; y en la que los pacientes experimentan sentimientos de impotencia. Según E. Goffman¹⁰² el hospital psiquiátrico es una institución totalitaria cuya función es hacerse cargo de las personas consideradas incapaces de ocuparse de sí mismas y peligrosas para la comunidad. A medida que se prolonga su estadía en la institución, el paciente pierde progresivamente su cultura; se despersonaliza por efecto de las diferentes “técnicas de mortificación”: el aislamiento del mundo exterior; la pérdida de sus antiguos roles; el despojo de sus bienes, la degradación de la imagen de sí mismo y la violación de su intimidad.

Frente a este sistema de opresión, el “paciente” puede poner en práctica distintas estrategias: (1) el repliegue sobre sí mismo o la regresión; (2) la intransigencia o negativa a colaborar; (3) la instalación, el acomodo a esa vida institucional; (4) la conversión en el “perfecto” paciente, sumiso, rígido e incoloro; (5) la resistencia, conservando cierta dignidad, distancia, respeto propio y dando cumplimiento al reglamento básico de la institución.

Se comprueba que los “pacientes” desarrollan estrategias defensivas ad hoc, que no están en relación con ninguna patología, sino con un sistema de interacción social opresor frente al cual tiene que reaccionar o adaptarse. Podemos interpretar entonces que la “enfermedad” es en gran medida la etiqueta que sirve para justificar la reclusión de alguien cuyo comportamiento es mirado como extraño y amenazante a las reglas impuestas por la autoridad y la costumbre.

4. LOGOTERAPIA ¹⁰³



*El sentido de la vida
y la dimensión espiritual¹⁰⁴*

102 Asiles: *études sur la condition sociale des malades mentaux et autres reclus.*


103 Autores representativos: K. Jaspers; J.P. Sastre; R. May, V. Frankl, R. Laing y J.L. Moreno.

104 Resumen basado en la obra de Martorell, J.L., *Psicoterapias, escuelas y conceptos básicos.*

Esta escuela sostiene que la “perdida de sentido en la vida”, experimentada y padecida como vacío existencial, es generadora de un gran número de neurosis (fobias, compulsiones, manías, obsesiones, etc.). Cada época tiene su neurosis característica. Si la frustración sexual podía ser el origen de las neurosis en la época de Freud, la frustración existencial es el origen de las neurosis actuales. El ser humano, a diferencia del animal, no tiene instintos que le digan lo que tiene que hacer.

En este contexto, el sentido no le viene dado de antemano, sino que tiene que descubrirlo por sí mismo. Si no lo logra, puede verse enfrentado al conformismo, al sometimiento, el poder y a las neurosis “noogénas” (del griego: espíritu humano) debidas a conflictos de conciencia, colisiones en la escala de valores y frustración existencial. La labor del “terapeuta” es ayudar al “paciente” a encontrar y restablecer el sentido de su vida. Éste se puede encontrar generalmente en la entrega de amor a las personas, acompañada de un trabajo sentido como relevante y gratificador.

Las técnicas de apoyo en este cometido son: (1) el “cuestionamiento” por medio de preguntas referidas a las interpretaciones del paciente; (2) la “de-reflexión” o entrenamiento para no prestar una atención excesiva al síntoma; (3) la “intención paradójica”, en la que se invita al “paciente”, por lo general humorísticamente, a intensificar el síntoma, con lo que se cambia el sentido de su aparición; (4) la “biblioterapia”, o sugerencia de lecturas relevantes a la problemática y al momento existencial del paciente.



*La dimensión espiritual:
Sin Sentido de Vida no
hay curación posible*

La logoterapia se opone al psicologismo reduccionista que interpreta al hombre desde un punto de vista mecánico y natural. Viktor Frankl irá más allá de la adaptación y el conformismo para señalar que la unidad total de la persona no se reduce a la dimensión somática y psicológica, sino que comprende la dimensión noético-existencial (espiritual) del ser humano. Es precisamente en esta dimensión donde se en-

cuentra su especificidad como especie. Para Victor Frankl la condición humana podrá recuperarse en la medida que se la entienda en relación a la responsabilidad frente al cumplimiento del Sentido. Cuanto más vivo sea este sentimiento en un hombre, tanto más estará inmunizado contra la neurosis colectiva y el vacío existencial generado por la cultura materialista imperante en la época actual.



Controversias en los abordajes humanistas


- ▶ **Individualismo.** Entre los conceptos-guía de la terapia basada en el diálogo como “autorrealización” o “autodesarrollo”, se puede rastrear un trasfondo individualista, típico de la cultura anglosajona: “... cuando criaturas satisfechas de la sociedad de bienestar proclaman con un pathos irreflexivo la libertad del individuo autónomo, singular, sano, que se realiza a sí mismo, sin advertir la dimensión social de este mundo nuestro que incluye la penuria y el hambre”.¹⁰⁵
- ▶ **Eclecticismo.** Se percibe en la psicoterapia gestáltica, aparte de una aplicación meramente analógica, no sistemática, ni práctica, de la psicología de la Gestalt, un marcado eclecticismo que une puntos de vista psicoanalíticos deterministas (ello, yo, superyó), con otros propios del budismo Zen, en los que la experiencia de la “iluminación” o el “despertar” (conciencia y plena aceptación de lo que acontece, tomado sólo como una forma entre otras de ver las cosas) juega un rol central.
- ▶ **La antipsiquiatría.** El abordaje fenomenológico también padeció excesos. Dio lugar a la antipsiquiatría, entendida como negación apasionada de la enfermedad mental y denuncia del hospital como centro de poder. De acuerdo a Silvia Beca¹⁰⁶, psiquiatra argentina, ello produjo una reacción desproporcionada por la que muchos sicóticos se quedaron sin refugio y sin asilo: “Quien vea a estos seres

105 Kriz J., Ob. Cit., pp. 222 y 223

106 Carta personal dirigida al autor. Archivo del autor.

“liberados” del poder de la psiquiatría durmiendo en las escaleras de metro o en prisión, ya que se niega la posibilidad de que sus crímenes se deban a efectos de las alucinaciones y delirios, y se niega tratamiento, seguramente verá la necesidad de encontrar un punto de equilibrio no fanático”.

- ▶ **Pesimismo.** Si bien la aproximación fenomenológica, pone al descubierto el andamiaje de creencias y supuestos (predialogales) sobre el que se instalan, construyen y preservan las instituciones que determinan el actuar individual, no logra formular una teoría que conecte la acción personal con la acción social, derivando en un pesimismo contemplativo incapaz de intervenir activamente en la transformación de la realidad social.



*La superación de la violencia
social como condición de
salud mental*

Esta falta de interés por incluir la transformación social en la práctica psicoterapéutica es una de las críticas que la PNH le hace al conjunto de psicoterapias tradicionales o institucionalizadas - incluidas las humanistas - que, al parecer, no han podido escapar al individualismo propio de la cultura occidental moderna.

Porque si bien a nivel teórico y declarativo todos los abordajes humanistas reconocen el origen social de la enfermedad –como alienación en una época que ha perdido contacto con el significado liberador de lo sagrado, tanto como la rebeldía ante la violencia social y a favor de los derechos humanos– a nivel de la práctica es excesivamente tolerante con el esquema de poder vigente y no incluye la lucha social como parte de la recuperación de un sujeto que solamente es visto como paciente o, a los más, como cliente o asesorado.

Para la PNH el proceso terapéutico no puede concluir en la sesión privada, sino que debe aspirar a integrar al sujeto tratado en una corriente social de humanización que empiece en su medio inmediato y se enlace con otros que apuntan en la misma dirección.



*Aportes de la orientación
humanista*

Según Servan Ionescu¹⁰⁷ el enfoque humanista ha realizado el mayor esfuerzo de reflexión e investigación en el campo de la intervención terapéutica. Ante todo ha tratado de descubrir en el “paciente” al ser humano, en tanto que ser-en-el-mundo y no como simple proyección de las teorías en las que se formó el propio psicoterapeuta.

Este enfoque también muestra acertadamente que la persona humana debe ser considerada como parte de un proceso mayor de liberación progresiva e intencional, antes que un ente sometido al imperio absoluto de una “intransformable” estructura genética, psicológica, económica, política, social o cultural. La corriente humanista insiste en el hecho de que todo ser humano puede intervenir activamente en el modelamiento y construcción de su propio destino.

El enfoque humanista pone además en entredicho la frontera entre “normalidad” y “patología”, ya que la enfermedad mental es compartida por los miembros de la sociedad que viven la angustia del aislamiento y la enajenación.

107 Ionescu, S., *Catorce enfoques de la sicopatología*, p. 245

ix

La psicología social



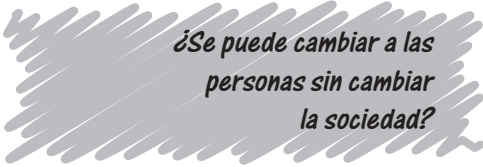
*Bajo el poder del
sistema*

La psicología social no es una corriente ni un modelo psicológico, sino una de las áreas temáticas de la psicología general. Sin embargo vamos a tratarla de manera específica, porque es en este campo tan importante donde se expresa con particular nitidez la incompatibilidad entre algunas corrientes psicológicas y la manera como el sistema de poder le imprime a éstas su propia intencionalidad.

La definición de psicología social en los manuales de última generación es la siguiente: “Estudio científico de las formas en que los pensamientos, los sentimientos y las conductas de un individuo son influidos por la conducta o las características reales, imaginarias o inferidas de otras personas”¹⁰⁸. Su temas prioritarios son: 1) Los prejuicios, esquemas y estereotipos en la formación de la opinión y la conducta personal y social; 2) Factores como la proximidad, el atractivo físico, la semejanza, la reciprocidad, la intimidad, que determinan la atracción interpersonal; 3) La naturaleza, desarrollo y cambio de

108 Morris Ch. G. y Maisto A.A., *Psicología*.

actitudes; y 4) La influencia de la cultura (asimilación, conformidad, condescendencia, obediencia) y el grupo (desindividualización, cooperación altruista, liderazgo, autonomía, productividad) sobre el control del comportamiento individual.



*¿Se puede cambiar a las
personas sin cambiar
la sociedad?*

Llama la atención que en el temario de la psicología social actual no haya un estudio crítico y liberador de la estructura social. El gran debate sobre el rol de la psicología con relación al cambio de la sociedad ha quedado clausurado. La relación entre el individuo y la sociedad ha quedado reducida al modo cómo ésta lo determina, o viceversa, pero no se trata la forma como ambos pueden cambiar de manera sustantiva en un proceso intencional y retroalimentado, subjetivo y objetivo, a la vez personal, interpersonal y socio-estructural o institucional.

Según Ferdinand-Lucien Müller¹⁰⁹ el debate sobre la transformación social en psicología abarca distintos momentos históricos:

1. En un inicio, las posturas se polarizan entre el individualismo inventivo e imitativo de Gabriel Tarde y la determinación de la conciencia colectiva sobre la mentalidad individual de Émile Durkheim.
2. En un segundo momento, la polarización se traslada a la oposición entre el instintivismo de William McDougall y el proceso de habituación de John Dewey.
3. En un tercer momento, aparecen las teorías colectivistas de Alfred Adler (rol de la comunidad en la generación del sentimiento de inferioridad y su superación), Wilhelm Reich (determinación social de la estructura del carácter) y Karl G. Yung (presencia de arquetipos universales en la mentalidad individual y colectiva)

que desembocaron finalmente en las teorías culturalistas, psicoanalíticas y marxistas de la personalidad (con un sustrato biológico y como producto de la interacción con el medio socio-económico-político-cultural).

4. En los sesenta y setenta, se desarrollan particularmente las vertientes críticas, reformistas y revolucionarias, representadas por los estudios de Karen Horney (para quien las condiciones de vida de los grandes centros urbanos son los factores decisivos de las neurosis), Erik Fromm (el individualismo pragmático y mecanicista contemporáneo es resultado del proceso histórico que se inicia con el surgimiento de la burguesía, la ética protestante y el totalitarismo como refugio de una conciencia vacía y solitaria), y Herbert Marcuse (el individuo no puede salvarse por sus propios medios de la racionalidad tecnológica y alienante de la sociedad industrial, sino que requiere una revolución mental y social, que signifique un salto cualitativo en el proceso de liberación).



*Deshumanización creciente
y salud mental*

Han pasado más de tres décadas de este debate sobre la liberación del individuo y la transformación social. Cabe por tanto la pregunta sobre el rol que juega actualmente la psicología general y la psicología social en un contexto de deshumanización creciente cuyos efectos en la salud mental ha llegado a límites intolerables. La pobreza endémica, la exclusión laboral y social, la inseguridad ciudadana, la desintegración familiar, la corrupción política, el deterioro ambiental, el terrorismo subversivo, el terrorismo de Estado, la dictadura globalizada del capital y la inversión en la escala de valores, someten a una situación de estrés generalizado a todos los estamentos y culturas de la humanidad. Más aún, problemas como el calentamiento global y la guerra nuclear ponen en riesgo la existencia misma de la especie.



*¿Estamos todos
locos?*

Manfred Max-Neef, Antonio Elizalde y Martín Hopenhayn sostienen que las patologías mentales han dejado de ser individuales para convertirse en colectivas por acción de las estructuras económicas y políticas imperantes: "(...) nos estamos enfrentando a un nuevo tipo de desempleo que (...) se está transformando en un componente estructural del sistema económico mundial... Debido a los problemas de subsistencia, la persona se sentirá cada vez menos protegida; las crisis familiares y los sentimientos de culpa pueden destruir las relaciones afectivas; la falta de participación dará cabida a sentimientos de aislamiento y marginación y la disminución de la autoestima puede provocar crisis de identidad"¹¹⁰.

Los autores mencionados explican la génesis política de las enfermedades mentales y nos advierten acerca de las generalizaciones esquizofrénicas sobre el "enemigo" con las que los liderazgos políticos actuales nos están conduciendo hacia el omnicidio. Es decir a la matanza de todos contra todos, habida cuenta de los arsenales atómicos existentes y, agregamos nosotros, a la espiral de creciente violencia que actualmente tiene lugar en el Medio Oriente. Nos advierten también que, en la confusión semántica generalizada, originada por la manipulación ideológico-mediática (a medios aniquiladores se les llama eufemísticamente "armas nucleares", "mundo libre" a un mundo obscenamente injusto, defensa nacional al terrorismo de Estado, etc.) las personas dejan de comprender lo que está pasando verdaderamente y, consecuentemente, caen en el cinismo y la perplejidad¹¹¹. Por nuestra parte, añadimos que los pueblos caen también en la impotencia, la resignación y el fatalismo, inclusive frente a la posibilidad cercana de que una guerra atómica acabe con todo el planeta y la propia especie.

110 *Desarrollo a escala humana*, p. 41.

111 *Ibidem*, pp. 42 y 43.



Desintegración de la propia conciencia

Hoy puede aseverarse sin mayor duda que los mecanismos de adaptación social han dejado de ser eficaces y que por tanto la vulnerabilidad humana es mayor en su soledad profunda, en su incertidumbre existencial. La crisis ha llegado finalmente hasta el interior del individuo. La desestructuración de un tipo de sociedad trae consigo la desintegración de la conciencia y la personalidad de las colectividades que, o creen en ella, o no hacen nada por cambiarla. La depresión, la ansiedad, la obsesión, la disociación de la identidad son hoy día patologías colectivas. Así lo demuestran las tasas cada vez más altas de suicidios, drogadicción, delincuencia y consumo de psicofármacos.



¿Qué hacer?

Bajo el imperio del *antihumanismo*¹¹², en medio de una crisis material y/o moral que involucra a toda la sociedad, el Estado no acierta a dar una respuesta. La empresa privada, centrada en su interés particular, tampoco. Frente a una situación tan grave como la que vivimos, la psicología en general, y su aplicación terapéutica en particular, no debe seguir siendo el coto de caza de unos cuantos especialistas que medran con el sufrimiento ajeno sin denunciar a la sociedad que lo provoca. Tampoco debe convertirse en un dispensador de pastillas y placebos para todo y para todos. Menos aún debe justificar y fomentar la “autorrealización” individualista sobre la base de la obtención del éxito a cualquier precio. Ni ofrecer sus recursos científicos para apuntalar el adormecimiento colectivo a través de los medios masivos de comunicación. Su misión tampoco tiene que ver con los métodos utilizados por las grandes corporaciones para alentar el consumismo y/o explotar con más eficiencia y menos sufrimiento el trabajo humano.

112 **ANTI HUMANISMO.** Toda posición práctica y/o teórica que tiende a sostener un esquema de poder basado en los antivalores de la discriminación y la violencia.

Ante este panorama, la PNH propone que la psicología y los psicólogos tienen que humanizarse para realizar una labor de extensión social en la que una nueva psicología de la liberación personal y social se haga comprensible, practicable y replicable para todos los voluntarios que quieran participar en la misión de humanizar la tierra.



*La psicología comunitaria:
Una vía de salida ¹¹³*

La psicología social crítica, relegada en el ámbito académico, y reemplazada por una psicología social conductista funcional al mercado, encontrará sin embargo un desarrollo interesante, aunque insuficiente, en la llamada psicología comunitaria. En esta disciplina, a pesar de algunas diferencias de orientación, es perceptible el acuerdo profundo sobre la necesidad de contar con una psicología que intervenga psicosocialmente en el mejoramiento de las condiciones de vida de las comunidades socialmente excluidas. Varios consensos, que pasamos a comentar, apuntalan esta dirección.

1. Un primer consenso se funda, precisamente, en el carácter “comunitario” de esta psicología. Este es un aspecto que de por sí reintegra el valor de lo individual y/o lo intrapsíquico en lo grupal, lo social, lo político, lo cultural y lo sistémico ecológico. A pesar de paradigmas epistemológicos mecanicistas aún latentes, emerge en la psicología comunitaria una vocación por tratar al ser humano desde una perspectiva integradora que se opondrá a los paradigmas absolutistas, sean estos individualistas o colectivistas, idealistas o materialistas, subjetivistas u objetivistas.
2. Otro elemento de consenso radicará en la postulación de una ciencia psicológica orientada por valores, relacionada con el desarrollo

113 Para el desarrollo de este acápite tomo como referencia de reflexión el ensayo *Psicología Comunitaria*, publicado en 2004, por el Dr. Guillermo Bastidas Tello, Médico Psiquiatra, Master en Neurociencias y Salud Mental, profesor de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador y Director del Centro de Reposo y Enfermedades Neuropsiquiátricas Sagrado Corazón de Jesús de la misma ciudad y país. Referencia en Internet: www.monografias.com

de mejores condiciones de vida. De esta manera, la psicología trasciende al mercantilismo oportunista, subordinándose a la ética. Una ética basada en la solidaridad, en la igualdad de oportunidades y en la libertad personal.

3. Otro elemento de consenso interesante en la psicología comunitaria tiene que ver con su apertura a la influencia de las otras ciencias sociales, como la antropología, la polftología y la ecología, es decir, con una aproximación interdisciplinaria. Ya Rappaport en 1977¹¹⁴ destacaba la importancia de orientar la psicología comunitaria sobre: (a) el principio antropológico del la relatividad cultural, base del respeto de la divesidad humana; (b) el principio económico de la distribución social de los recursos, sin el cual no es posible elegir metas y estilos de vida; y (c) el principio ecológico, en el sentido de un adecuado ajuste entre las personas y su ambiente social, el que resultará clave en la construcción del bienestar humano.
4. Este mismo autor, retomando a Alfred Adler, ha aportado otro eje de consenso: el “empoderamiento”. Este concepto es entendido en la psicología comunitaria en un doble sentido: (a) como aprendizaje y dotación de un conjunto de competencias claves para el desarrollo personal y la transformación social; y (b) como el rol fundamental que asume el grupo y las redes de autoayuda en la solución de los problemas comunes que afectan a la población en la satisfacción de sus necesidades.
5. Finalmente, en el terreno metodológico, destaca como aspecto esencial de consenso lo que Franz Borda definió como “investigación activa”. En esta perspectiva la verdad científica emerge de un intercambio constante y sistemático entre conceptos y hechos, observaciones y acciones, reflexiones y experiencias, desde el punto de vista de su valor para impulsar el desarrollo humano.



*La psicología comunitaria:
Instrumento de cambio social*

Sobre estos consensos de fondo, dependiendo de las tradiciones académicas dominantes, del trasfondo cultural de las poblaciones, del sesgo ideológico gubernamental y de las concepciones y prácticas propias de los movimientos sociales, se manifestarán diversas tendencias: más o menos clínicas o preventivas, más o menos teóricas o aplicadas, más o menos grupales o personalistas, más o menos conservadoras, progresistas o revolucionarias, inclusive más o menos violentistas o pacifistas. Unas, resolviendo problemas coyunturales o puntuales a través del empoderamiento personal y grupal, otras tratando de resolver problemas estructurales a través del empoderamiento político y cultural de la comunidad, otras más integrando ambos tipos de empoderamiento.

Una definición de la psicología comunitaria encajada en una concepción sustantiva y estructural de la transformación psicosocial es la ofrecida por Maritza Montero¹¹⁵: “Es la rama de la psicología cuyo objetivo fundamental es el estudio de los factores psicosociales que permitan desarrollar, fomentar y mantener el control y el poder que los individuos puedan ejercer sobre su ambiente individual y social para solucionar problemas que los aquejan y lograr cambios en esos ambientes y en la estructura social.



¿El diván o la calle?

El rol del psicólogo comunitario que esta definición implica se contrapone al rol clásico del psiquiatra, del psicólogo clínico, del psicólogo experimental o del psicólogo conductista que busca enfrentar el problema humano desde el diván, el laboratorio o, por último, a través de la instauración elitista de recompensas y/o castigos para las masas.

115 *La psicología comunitaria: Orígenes, principios y fundamentos teóricos.*

En el desempeño de su rol, el psicólogo comunitario se convierte en un agente de la transformación social, uniendo su intervención preventiva con la acción social de los propios afectados. Uniendo el trabajo en equipo de médicos, clínicos y personal técnico, con el trabajo grupal y en redes de los mismos afectados. Los agentes de la intervención pueden ser el Estado, las distintas organizaciones políticas, sociales y religiosas de la sociedad civil o las propias comunidades que cuentan con alguna institución representativa, legitimada socialmente.



*El efecto sanador del empoderamiento
personal-social*

La psicología comunitaria opera como el puente entre la psicología social (teórica y aplicada), la psicología clínica, y las energías, capacidades y potencialidades intelectuales, emocionales y volitivas de los individuos participantes, aumentadas considerablemente por el trabajo transformador, solidario y organizado en grupos, equipos y redes. El ensimismamiento o la alteración que delatan en distintos grados los trastornos mentales son progresivamente desplazados en una acción constructiva que va fortaleciendo y esclareciendo internamente a las poblaciones en riesgo y las van habilitando para hacerse cargo de su proceso de adaptación creciente en la clave del desarrollo humano.



*La contribución del
Nuevo Humanismo*

La PNH reconoce el aspecto positivo del postulado del relativismo cultural que destaca la estimación que el psicólogo comunitario debe sentir por la cultura particular de su comunidad de acción. Sin embargo ninguna cultura es perfecta y el respeto por la diversidad no puede justificar la práctica de la violencia por una comunidad determinada al momento de enfrentar un conflicto. Por ello deviene estratégico rescatar e incorporar la *actitud humanista* de cada cultura a fin de posibilitar una convergencia humanizadora dentro de la diversidad: "Y si es que cada cual ama legítimamente a su pueblo y su cultura, también puede

comprender que en él y en sus raíces existió o existe ese '*momento humanista*' que lo hace, por definición, universal y semejante al otro con el que se enfrenta".¹¹⁶

x

Algunos problemas de la Psicología Clásica

*La ausencia de una definición
clara del ser humano*

Con excepción de la orientación fenomenológica-existencialista, el resto de las orientaciones analizadas trabajan con un concepto implícito de ser humano. En este sentido, se puede afirmar que han sido víctimas de la gran fractura positivista del siglo XIX que derivó en el cientificismo típico de la modernidad. La crítica más importante a esta aproximación radica en que si el objeto de estudio no está definido explícitamente, lo que opera como imagen rectora y selectora de datos psicológicos, es una creencia establecida de manera arbitraria e irreflexiva que no puede tomarse en serio ni tener validez como fundamento del conocimiento.

En el tema que nos ocupa, el cientificismo aplicado a la comprensión de la conducta humana, terminó en una concepción ingenua que asumió la naturalidad del ser humano y trató de estudiarlo como se estudian los fenómenos físicos. Así, cada manifestación de la conciencia o de la conducta humana fue tratada como un hecho más, entre tantos otros, al que había que buscarle su fisonomía, su estadística, su causalidad y su ley.

J. P. Sartre¹¹⁷ ha delineado los pasos del equívoco: 1) El psicólogo ingenuo se sitúa ante el objeto de estudio como el físico ante el suyo; 2) La investigación ha de arrancar ante todo de los hechos; 3) Estos hechos han de ser observados mediante experimentación de laboratorio; 4) La acumulación de estos hechos así estudiados permitirá llegar a un concepto riguroso de ser humano en tanto hipótesis científica; 5) Pero esta suma no acaba nunca porque debe atender también el hecho aislado, lo accidental, lo contingente; 6) En tal método la esencia del ser humano solamente será abordada cuando se hayan reunido suficientes hechos, o sea, acumulando accidentes; 7) Pero la esencia no es alcanzable nunca por esta vía porque es algo sustancialmente opuesto al accidente; 8) La psicología ingenua sólo puede aspirar a ser una colección de hechos aislados sin mayor relación ni concierto entre sí, tanto en lo teórico, como en lo empírico.

Así, por ejemplo, la emoción se presentará como un fenómeno en sí, que no guarda relación alguna con la *atención*¹¹⁸, la *memoria*¹¹⁹, la *percepción*¹²⁰, entre otros, y que ni siquiera será estudiada con referencia a ellos, ni al ser humano que los vive o al mundo que éste enfrenta, ni al *psiquismo* que registra y coordina todo aquello. Los hechos de la emoción serán extraídos, coleccionados, analizados, comparados y generalizados desde cada una de las orientaciones teóricamente asumidas. Pero, continuando con la argumentación de Sartre, los hechos psíquicos no pueden ser un comienzo porque no son hechos primeros, sino que, en su estructura esencial, son reacciones del hombre frente el mundo.

117 *Bosquejo de una teoría de las emociones.*

118 **ATENCIÓN.** Aptitud de la conciencia que permite observar los fenómenos internos y externos. El estímulo que despierta interés puede quedar en un campo central de atención, al que denominamos campo de presencia que tiene que ver con la percepción. Todo lo que acompaña asociativamente al objeto-estímulo lo llamamos campo de copresencia y tiene que ver con la memoria.

119 **MEMORIA.** Función del psiquismo reguladora de tiempos y almacenadora de registros o sensaciones provocados por estímulos externos e internos que se codifican según el estado de la estructura. Las sensaciones almacenadas pueden ser proyectadas a un tiempo futuro. De ambas operaciones, recordar e imaginar, se tiene sensación.

120 **PERCEPCION.** a) Simple registro del dato sensorial. b) Configuración del dato por el o los sentidos correspondientes. c) Estructuración de todo ello por la actividad de la memoria y/o de la conciencia.

Entonces, si se quiere fundar una psicología en una antropología habrá que ir a los orígenes mismos del hombre, del mundo y de lo psíquico.

Esta reflexión permite comprender por qué cuando acudimos a cualquier obra de psicología general, incluso a la más actual, nos encontramos frente a una sucesión de temas que no terminan de conectarse entre sí y a una aglutinación de teorías que los explican desde su particular perspectiva. Esto es así a pesar de que en la vida real las estructuras del *psiquismo*¹²¹ actúan en conjunto, para enfrentar a las estructuras del mundo.



*El “asesinato” del alma
La psicología contra sí misma*

Etimológicamente hablando, la psicología es entendida como el estudio del alma. En la historia del pensamiento humano, ésta suele aparecer con distintas manifestaciones, desde las más instintivas y orgánicas, hasta las más intelectuales e inmateriales. Para algunos es lo opuesto del cuerpo y para otros, una sutílización extrema de la materia. Unos han proclamado su inmortalidad, otros su desaparición junto con la muerte del cuerpo físico. Las intuiciones más primitivas la imaginan como una entidad semejante al aire, que ingresa al cuerpo en el nacimiento y luego se separa de él con la muerte. También se ha discutido largamente sobre su localización fisiológica. Algunos la han ubicado en algún órgano o glándula en particular, otros la imaginan como un doble, una sombra o el espejo del cuerpo físico.


El asunto no carece de importancia ya que de esta definición depende la vida misma del sujeto con todas sus actividades y manifestaciones. Algunos le han llamado “mente”, “espíritu” o “psiqué”. La semántica del término ha padecido pues la confusión generalizada a

121 **PSIQUISMO.** Definido en función de la vida, el p. coordina todas las operaciones necesarias para que el ser vivo pueda adaptarse a su medio. Esta relación es inestable e implica transformaciones mutuas crecientes. En el ser humano el psiquismo se presenta como un sistema integrado e interregulado dinámicamente por sentidos, memoria, conciencia, niveles y centros de respuesta.

causa de la especulación metafísica. Y han sido justamente los positivistas en general, y los conductistas en particular, los que alzándose contra esos significados que consideraron imposibles de verificar, eliminaron la conciencia de toda psicología que se preciara de científica. A partir de entonces, el objeto de la psicología pasó a ser la conducta observada por los sentidos externos y medida experimentalmente con instrumentos de precisión física y matemática.

Contra esta corriente positivista materialista, se levantó otra que reivindicó el estudio de la conciencia desde la descripción fenomenológica de las vivencias y sus representaciones. Aquí, más que los contenidos particulares y biográficos interesaban las formas mismas del representar. Por ejemplo, en el caso de la emoción, la percepción interna no iba dirigida al estudio de esta o aquella emoción particular, sino a la esencia misma de la conciencia en su estado emocionado.

El resultado final de esta batalla ha sido una especie de conciliación. Por eso ahora, cuando revisamos los últimos tratados de psicología general, encontramos definiciones como la siguiente: la psicología es el estudio científico de la conducta y los procesos mentales, o simplemente de la conducta. Pero este término aparte de referirse a las respuestas motrices del cuerpo, se refiere también a las acciones finas, como el disparo de las neuronas. Incluye también el procesamiento inferido de las imágenes mentales a través de su expresión verbal y no verbal. Por lo general se evita el uso del término "*conciencia*"¹²², aunque nos preguntamos cómo podría hablarse de imágenes sin presuponer una conciencia que las produzca y experimente.



*"Cientificidad" de
la psicología clásica*

Lo mismo ocurre con la definición de psicología como el "estudio científico de la conducta". Esta definición denota una visión positivista

122 **CONCIENCIA.** Sistema de coordinación y registro que efectúa el psiquismo humano. Se lo representa como un "aparato" que coordina y estructura, operando con sensaciones, imágenes y recuerdos. Se experimenta por los sentidos cenestésicos. A veces se identifica con el yo.

de la ciencia, la cual está compuesta por: 1) Una descripción controlada, estricta y reproducible de los hechos observables por medio de la percepción externa; 2) La explicación de los mismos sobre la base de la prueba experimental, la argumentación sistemática y la definición precisa de los conceptos empleados; y 3) La predicción acertada para todos los hechos pertenecientes a la misma clase y explicados por el método científico.

Sin embargo, es cada vez más frecuente el uso de testimonios personales y de información subjetiva en el estudio de la psicología social, los estados alterados de conciencia y, por supuesto, la psicología clínica. Esta última, no sólo no puede prescindir de la información del mundo interno a través de los *sentidos cenestésicos*¹²³, sino que requiere que el sujeto tratado aprenda a describir con exactitud lo que le sucede internamente, e, inclusive, llegar a experimentar realidades profundas y trascendentes al yo (como el sí mismo y la presencia de arquetipos), pasando por la identificación sincera, tanto de las resistencias y justificaciones, como de los logros catárticos o transferenciales.

123 SENTIDO CENESTÉSICO. Los sentidos cenestésicos proporcionan datos referidos a presión, temperatura, humedad, acidez, alcalinidad, tensión, relajación, etc. Registra además el trabajo de los centros de respuesta (emociones, operaciones intelectuales, etc.) y de los niveles de conciencia, así como el trabajo de memoria y el propio de la conciencia como aparato de registro y coordinación. Sus impulsos y señales son representados en conciencia como imágenes cenestésicas, las que movilizan la respuesta de los centros hacia el intracuerpo. De esta manera, interviene en los ajustes respiratorios, cardiovasculares, de temperatura, y en general incitando al cuerpo a satisfacer sus necesidades mediante traducciones de hambre, sed y dolor.

xi

Un nuevo perfil para la psicología clínica



La definición naturalista de "enfermedad mental"

Cuando la psicología clásica habla de una enfermedad mental se refiere a un trastorno de la conducta, del pensamiento o de la motivación, descrito por especialistas que han extraído rasgos de múltiples casos y han acordado una tipología. El análisis diferencia una serie de síntomas que finalmente son catalogados con nombres específicos. Luego son reunidos en un conjunto mayor como síndromes.

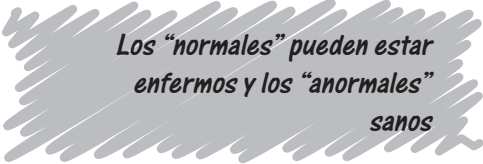
Así, en general, se distingue entre trastornos del estado de ánimo (depresiones, manías, trastornos bipolares), de ansiedad (fobias, pánico, ansiedad generalizada); psicósomáticos (somatización, conversión, hipocondría), disociativos (personalidad múltiple, despersonalización), sexuales (problemas de excitación, satisfacción, parafilias), de personalidad (esquizoide, paranoide, dependiente, evasiva, narcisista, autodestructiva, antisocial), esquizofrénicos (alucinaciones, delirios, catatonias, paranoias), de la niñez (hiperactividad, autismo). Se estudia también la reacción ante situaciones de estrés, así como la capacidad para afrontarlas.



Causalidad clásica

Según la causalidad clásica, se supone que una determinada enfermedad mental es la consecuencia de una causa antecedente. Todos los casos tipificados como pertenecientes a la misma clase deberían ser necesariamente explicados por la misma causa. A su vez, la misma causa debería ser fundamentada por la misma teoría, considerada como verdadera. En última instancia, no importa la imagen del sujeto tratado, sino lo que interprete el experto que está tratando su caso, bajo la óptica de considerar los fenómenos psíquicos y las conductas humanas como si fueran fenómenos de la naturaleza. A igual síndrome, igual causa, según teoría biológica, psicoanalítica, conductista o cognitivista.


En el naturalismo subyacente anida una concepción mecanicista y atomista de la psicología que las concepciones sistémicas, fenomenológicas y humanistas están contribuyendo a superar para preservar la diversidad humana del absolutismo cientificista ingenuo. A menudo, los representantes de esta postura creen superar su ingenuidad confundiendo la agregación de teorías con el punto de vista estructural, dinámico, existencial e integrador.



*Los “normales” pueden estar
enfermos y los “anormales”
sanos*

A lo largo de la lectura de *Apuntes de psicología*, obra de referencia de la PNH, no se mencionan conceptos como “enfermedad mental” o “trastornos psicológicos”, a diferencia de la psicología clásica actual donde se siguen empleando ambos, aunque se prefiera al segundo término. En la orientación nuevo humanista se asume que pueden haber estructuras, estados y casos no habituales en los que la reversibilidad, el sentido crítico y el control de los actos por parte de la *conciencia* disminuye o se extingue. Sin embargo, la oposición normal/anormal, no se considera en el sentido de que existe una mayoría de individuos “sanos


y bien adaptados a la sociedad” y otra minoría “enferma” que no se ajusta a la norma establecida: “Es claro que si la población de un país o un grupo humano enloquecen, no dejamos de considerar a esos casos dentro de los comportamientos no habituales por el hecho de contar con numerosos representantes”.¹²⁴



Más allá de lo “aceptado” y establecido

Las respuestas típicas y atípicas, pueden ser oportunas o inoportunas desde el punto de vista de una *adaptación creciente* al cambio histórico y biográfico, en un medio caracterizado por la modificación rápida de situaciones sociales y valores. Así, por ejemplo, en una situación de crisis extrema la respuesta típica, consensuada por la mayoría puede ser inoportuna e inadecuada, mientras que la respuesta atípica de un pequeño equipo innovador puede responder acertadamente al reto de adaptación¹²⁵.

Este punto de vista es importante, sobre todo si se tiene en cuenta que la gran parte de la psicología clásica ve el cambio como una adecuación a lo establecido, concentrando la innovación en los aspectos secundarios de la estructura psicosocial, sin llegar a tocar las creencias más profundas y los esquemas de poder que imponen un patrón de conducta determinado y una escala de valores al conjunto social.



El derecho y la virtud de las minorías

El riesgo de discriminación del modelo biologista (médico o psiquiátrico) y del conductista es muy alto, porque el comportamiento sano o enfermo se define de acuerdo a un patrón estadístico, a un modelo cultural dominante, a una causa orgánica inmutable o a una adaptación

124 Silo, *Apuntes de psicología*, p. 320.

125 Silo, *Apuntes...*, p. 59.

a la norma grupal . Así, una cultura que idolatra la productividad puede considerar a los rebeldes como dementes, a los niños down como seres inferiores, a los poetas como tontos soñadores. También puede tildar de ociosos a los miembros de una etnia porque alejados del productivismo capitalista sólo trabajan lo necesario para sobrevivir. La asociación de lo “normal” con lo usual y la salud, así como lo “anormal” con lo raro y con la enfermedad, es discriminatoria e incompatible con el espíritu de transformación libertaria, profunda y no violenta que sirve como trasfondo valórico y actitudinal a la PNH.

Para ésta, puede que la correlación inversa tenga mayor grado de veracidad, ya que generalmente son las minorías marginadas, los hombres excepcionales, los que alguna vez fueron considerados “raros”, “anormales” o “peligrosos” por el sistema establecido, los que se adelantaron a su tiempo y estuvieron a favor de la evolución de las cosas. Aún en la propia evolución del pensamiento científico ha ocurrido que algunas teorías que hoy gozan de aceptación y vigencia, en su tiempo fueron consideradas poco menos que aberrantes por el poder académico, político, económico o eclesiástico. El comportamiento no habitual puede ser síntoma de perturbación desintegradora, pero también signo de inspiración evolutiva.



A diferencia de corrientes objetivistas de pretendida neutralidad etiológica, la intención explícita de la PNH es ayudar al ser humano en su tarea de superar el *dolor* y el *sufrimiento*. Para ello requiere que el conjunto de los “aparatos”, “mecanismos” y “funciones” que la *conciencia* coordina operen de manera integrada y oportuna para que las respuestas de *adaptación creciente* sean cada vez más frecuentes y adecuadas. El yo, en su estado atento, al disponer más o menos eficazmente de la actividad voluntaria (mecanismos de reflexión, control y reversibilidad) puede contribuir –o no– en la respuesta coherente superadora del dolor y el sufrimiento.

Tal empeño, sin embargo, no es percibido como un tratamiento necesariamente terapéutico, sino más bien como un intento preventivo para desarrollar en libertad un gratificante proceso de humanización creciente. Para esta nueva psicología superar el *sufrimiento* es el sentido primero y último de la acción humana. Es una tarea de todos en la que el desarrollo personal se pone en función de la transformación social, antes que una actividad exclusiva de alguien que se cree sano, dirigida a otro a quien se supone enfermo.

*El carácter activo de la conciencia
en la superación del sufrimiento
humano*

Definimos la *conciencia* como un sistema de coordinación y registro general que responde a los estímulos dolorosos o placenteros provenientes del mundo: "Hay otras concepciones en las que a la conciencia se la ve como pasiva, siendo que la conciencia trabaja estructurando activamente, coordinando las necesidades y tendencias del psiquismo con los aportes sensoriales y de memoria, mientras que orienta las variaciones constantes de la relación del cuerpo y el psiquismo, es decir, de la estructura psicofísica con el mundo personal e histórico-social".¹²⁶

Entendimiento + Experiencia = Comprensión

La PNH no niega el valor orientador de la teoría. Sin embargo, considera que la verdadera curación exige la comprensión del sujeto tratado acerca de sí mismo y de su situación en el mundo. Pero esta comprensión no sólo es teórica sino que deriva de la experiencia vivida, involucrando percepciones de la situación actual, representaciones del pasado y el futuro, conductas de respuesta, registro interno de todo el proceso, e inicio de un nuevo circuito en los intentos de corrección, alivio y superación.

Estos intentos, es conveniente resaltarlos, involucran a todos los componentes del psiquismo humano en tanto sistema permanente e

interconectado por la circulación, la transformación y la traducción de *impulsos*. Ni en el estado de sueño más profundo la *conciencia* deja de lado su función coordinadora y traductora de la información, restauradora del equilibrio e integradora de la experiencia humana. Esta intencionalidad debe seguirse más allá de la situación terapéutica, expresándose en la vida cotidiana en la dirección que el “paciente” (ahora convertido en agente) imprima a su destino. Un proceso personal y social evolutivo deberá ser puesto en marcha para superar las condiciones generadoras de *violencia* y *sufrimiento*.




*Problemas en el funcionamiento
integrado del psiquismo*

En la relación del psiquismo humano con el medio, en los distintos aparatos de recepción, traducción, interpretación y respuesta, se pueden detectar: 1) Errores de los *sentidos*, de la *percepción* y de la *representación* (ilusiones); 2) Errores de la memoria (falso reconocimiento, recuerdos equívocos, amnesia, hiperamnesia); 3) Errores de la conciencia en su función coordinadora (alucinación, desintegración eidética, olvidos y bloqueos, atención tensa); 4) Contradicciones en el trabajo de los *centros de respuesta* (incoherencia entre el pensar, el sentir y el actuar, desbordes del centro emotivo, confusión en el centro intelectual, descoordinaciones del centro motriz, desregulaciones y disfunciones del centro vegetativo sexual); 5) Alteraciones recíprocas de los *niveles de conciencia* (sueño, semisueño, vigilia) que se manifiestan como ruido en el funcionamiento del psiquismo (inercia del nivel anterior, climas y tensiones inoportunos, rebotes, arrastre de imágenes y climas fijados, tonos insuficientes o excesivos).

Como en el diario vivir la relación conciencia-cuerpo-mundo es de equilibrio inestable, toda variación en uno o varios de los componentes producirá un impacto positivo o negativo en los demás. Cada situación de vida impondrá distintos tipos de requerimientos a los centros de respuesta los que permiten –o no– en mayor o menor medida la recuperación del equilibrio psíquico. En las estructuras, estados y casos no habituales perturbados se podrá apreciar un mayor o menor enrai-

zamiento y duración de la perturbación, comprometiéndose por mayor tiempo el funcionamiento integrado del psiquismo humano: la conciencia ya no podrá restablecer oportunamente el equilibrio, afectándose de manera total o parcial su respuesta de adaptación creciente a las distintas situaciones de la vida.



*La compleja relación de
la conciencia con el mundo*

En un momento presente cualquiera, mi conciencia puede imaginar lo que va a hacer después en un rato más. Por ejemplo, ahora mismo que estoy redactando el texto que usted está leyendo experimento que “dentro de mi cabeza” aparece “dibujada” la reunión de trabajo que sostendré en una hora y media más. Por un instante he dedicado atención a esta imagen que anuncia una situación futura. Ella ha motivado que dirija la vista hacia mi reloj para tomar conciencia de la hora actual y del tiempo que me queda para arreglarme apropiadamente. Vivo una nueva tensión entre la situación presente en la que estoy escribiendo sobre el teclado y la situación futura de trabajo en la que me siento obligado a estar. Ahora acelero el movimiento de mis dedos en el teclado que empiezan a equivocarse más con una letra u otra. El pensamiento se me vuelve confuso. No podré seguir por mucho tiempo sentado ante la pantalla del computador. Imagino los pasos que tendré que hacer y el tiempo de duración aproximado de cada uno: bañarme, secarme, afeitarme, vestirme, sacar el auto, manejarlo hasta la oficina, todo esto para llegar a las siete y treinta de la mañana en punto. Mientras esto imagino me empiezo a sentir nervioso, tenso, algo inseguro por la calidad de mi colaboración profesional en un asunto particularmente difícil de resolver.

La inserción de lo psíquico en lo que percibimos como mundo externo (la computadora, mi muñeca, el reloj en ella, el baño, el garaje, las pistas, la oficina, los clientes, etc.) comienza por imágenes *kinesísticas*¹²⁷ desplazadas al exterior del espacio de representación para

127 Los sentidos kinestésicos proporcionan datos referidos al movimiento y la postura corporal. Al llegar a conciencia dan lugar a las imágenes kinestésicas que, a su vez, llevan impulsos a los centros de respuesta, sobre todo, en este caso, al centro motriz, encargado de la

mover al cuerpo en una determinada dirección (los pequeños músculos de mis ojos se han movido para que pueda dirigir mi vista hacia mi reloj, los músculos de mis dedos en ambas manos se han movido a mayor velocidad sobre el teclado. Si, además, quisiera después desplazarme de la silla tendría que “sentir” mis piernas para a través de otra *imagen kinestésica* darles la “orden” de moverse). Es claro que la presencia de *imágenes visuales* y *cenestésicas* (la reunión imaginada, la tensión vivida, “los nervios que siento”) y las correspondientes a los sentidos externos (las agujas del reloj en mi muñeca percibidas con mi vista) actúan de modo auxiliar (como “señales compuestas”), en todo fenómeno en el que se va seleccionando y regulando la dirección e intensidad motriz.

En definitiva, en ese fluir complejo y múltiple de impulsos - registrados como imágenes al pasar el umbral de conciencia - relativos al tiempo futuro y al espacio de representación, ocurren los primeros eventos que terminarán modificando al mundo¹²⁸.

Observamos en el ejemplo que el psiquismo actúa en un movimiento de ida y vuelta que va desde la exterioridad hacia la interioridad y viceversa. Los sentidos externos captan y diferencian el corpúsculo, la onda, la molécula, la presión, la temperatura, etc. Los sentidos internos hacen lo propio respecto al estado interno del cuerpo. Estas “impresiones” ponen en marcha un sistema de interpretación y respuesta que no puede operar sino en un espacio interno bajo forma de imágenes emplazadas en un lugar u otro de este espacio. Tales imágenes estarán referidas a los tres tiempos de conciencia, predominando el futuro ponderado desde el pasado. Retomando el ejemplo, los clientes que veré en la oficina (futuro inmediato) son muy exigentes; lo sé porque recuerdo las veces anteriores que trabajé (pasado) con ellos.

La PNH intenta superar la visión del ser humano como un ente encerrado en sí mismo que simplemente recibe estímulos causales de un afuera objetivo, “real” para responder a ellos desde un adentro subjetivo, “irreal” o “ideal”: “Estamos afirmando del modo más amplio que por

coordinación muscular y el desplazamiento corporal.

128 Silo, *Apuntes...*, p. 317. (Paréntesis y adaptación nuestros).

variación de impulsos entre ‘espacios’ (de percepción y representación), el psiquismo es penetrado y penetra al mundo. No estamos hablando de circuitos cerrados entre estímulos y respuestas, sino de un sistema abierto y creciente que capta y actúa por acumulación y protensión temporal. Por otra parte, *esta ‘apertura’ entre espacios no ocurre por franquear las barreras de una mónada, sino porque la conciencia, ya en su origen, se constituye desde, en y para el mundo*”.¹²⁹

Esta visión dinámica, estructural, existencial e histórico-social de la relación conciencia-mundo se diferencia cualitativamente de los determinismos mecanicistas anteriores, tanto en su vertiente psicoanalítica, como conductista o marxista. La inserción de la conciencia en el mundo lo confirmará o modificará, pero en cualquiera de los dos casos no se tratará de un mero reflejo fisiológico, psicológico o social.



Perturbación entre niveles de conciencia

Cuando de los *niveles de conciencia* se trata lo adecuado sería que la *conciencia* pueda realizar su función coordinadora sin mayor *ruido*, es decir, sin *climas*, *tensiones* y *contenidos mentales* no adecuados al trabajo que en ese momento necesitaría realizar para dar una respuesta de adaptación creciente al mundo interno o externo. Por ejemplo, en el insomnio, cuando no es posible pasar suavemente de la vigilia al sueño, la conciencia puede quedarse operando en un semisueño alterado en el que las imágenes tensionantes dan “vueltas” obsesivamente dentro de la cabeza. En esta situación, el descanso - tan necesario para el funcionamiento adecuado del psiquismo - queda perturbado. Igual ocurre cuando en el nivel de vigilia en una situación dada en la que debemos pensar con claridad, observamos que ciertas imágenes provenientes del semisueño “se nos cruzan por la cabeza” haciéndonos pensar en otra cosa.

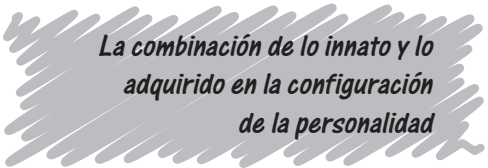
129 Ibid., p. 318 (paréntesis nuestro).



*El núcleo de ensueño en el
cambio de personalidad*

Desde una perspectiva de cambio profundo, la PNH propone atender especialmente al tema del *ensueño* y del *núcleo de ensueño*, en tanto respuestas internas compensatorias a las múltiples exigencias de adaptación de un mundo por demás complejo en todos sus niveles: natural, humano, social, económico, político, cultural, técnico, etcétera.

Una psicología que quiera ir más allá de la conducta visible, encaminada a producir cambios fundamentales en el psiquismo humano, y no reducirse al tratamiento de los síntomas, debería considerar el *núcleo de ensueño* por el carácter totalizador de su respuesta al mundo y por su influencia decisiva en la dirección de la conducta de los individuos y los pueblos: “El *núcleo de ensueño* rige las aspiraciones, ideales, e ilusiones que en cada etapa vital van cambiando. Tras esos cambios o variaciones en el núcleo, la existencia se orienta en otras direcciones y se producen concomitantemente cambios en la personalidad. Este núcleo se desgasta individualmente, como se desgastan los ensueños epocales que dirigen la actividad de toda una sociedad. Mientras que por una parte el núcleo da una respuesta general a las exigencias del medio, por otro compensa las deficiencias y carencias básicas de la personalidad, imprimiendo una determinada dirección a la conducta”.¹³⁰



*La combinación de lo innato y lo
adquirido en la configuración
de la personalidad*

A diferencia de las posturas conductistas, la PNH estudia el *comportamiento* como un caso particular del psiquismo. La conducta es una parte importante del todo, pero no el todo en sí. Ella se manifiesta en los *centros de respuesta* (vegetativo, sexual, motriz, emotivo e intelectual) para producir el ajuste interno del cuerpo con el medio externo o ambien-

tal. La base del comportamiento está relacionada con: 1) Las cualidades innatas propias de la estructura biológica individual¹³¹; 2) Las cualidades adquiridas y codificadas por las experiencias de acierto o error, con sus registros de placer o displacer; 3) La situación del individuo en el medio; 4) Los patrones culturales de la época; y 5) Los *ensueños* y el *núcleo de ensueño*.

Sin embargo, es necesario destacar que todos los aspectos mencionados operan dentro de una situación concreta, configurada por el individuo que responde a ella, dependiendo de la ubicación de su yo en el espacio de representación, en un nivel y estado de conciencia determinado, e incluido en su esencial temporalidad. Una temporalidad en que las imágenes provenientes del pasado (recuerdos y evocaciones) junto con las imágenes orientadas al futuro (expectativas, ensueños y proyectos), condicionan la interpretación de la situación presente¹³².

La experiencia del yo en los distintos niveles de conciencia

Se suele confundir la labor de coordinación de la *conciencia* con el yo, a pesar de que éste carece de la sustancialidad de aquella. La conciencia hace variar más al yo que éste a aquella. La experiencia del yo dependerá de cómo trabaje la memoria, la percepción y la imaginación, en un nivel y estado de conciencia u otro. La confusión se produce por-

131 Lo innato se refiere al biotipo entendido como la predisposición natural al mayor trabajo de un centro de respuesta sobre los otros. Se distinguen según la velocidad de respuesta frente al estímulo y según la dirección de la energía, cuatro tipos básicos que van a reflejar formas conductuales características, así: el vegetativo, el motriz, el emotivo, el intelectual. La educación y el trabajo realizado pueden producir variaciones sobre el tipo básico.

132 “Así, decimos que en vigilia los campos de presencia y copresencia permiten ubicar los fenómenos en sucesión temporal, estableciéndose la relación de hechos desde el momento actual en el que estoy emplazado, con los momentos anteriores de los que proviene el fluir de mi conciencia y de los posteriores a los que se lanza ese fluir... Es en el horizonte de temporalidad de la conciencia donde se inscribe todo acontecimiento... A diferencia de lo que ocurre en el transcurrir del mundo físico, los hechos de conciencia no respetan la sucesión cronológica sino que regresan, perduran, se actualizan, se modifican y se futurizan, alterando al instante presente. El ‘instante presente’ se estructura por el entrecruzamiento de la retención y la protensión.” Silo, *Apuntes...*, p. 316.

que el yo en vigilia puede disponer del mecanismo atencional y entonces parece asumir las funciones de coordinación de la conciencia: “Este “yo-atención” puede cumplir con la función de coordinar las actividades de la conciencia con el propio cuerpo y con el mundo en general. Los registros del transcurrir y de la posición de los fenómenos mentales se imbrican en esta coordinación (la realizada por el yo) a la que se independiza de la misma coordinación (la realizada por la conciencia). Y así la metáfora del “yo” termina por cobrar identidad y ‘substancialidad’ independizándose de la estructura de funciones de la conciencia”.¹³³



Registro del yo habitual

En el *espacio de representación* y en vigilia el yo habitual se registra dentro de la cabeza a cierta distancia de los objetos ubicados, tanto “afuera” (más allá de los ojos y de el cuerpo), como “adentro” (hacia “abajo” y hacia lo “profundo” del espacio de representación) ahí donde se siente o registra que están los órganos internos (pulmones, estómago, intestinos, sexo, etc.). Conforme la conciencia estructura (registra-traduce-interpreta) los impulsos provenientes del mundo, en una situación dada, en un nivel u otro, el yo se va desplazando paralelamente de un lugar a otro en el espacio de representación.



El registro cambiante del yo

En cada *nivel de conciencia* se registra la presencia de diferentes estados internos. Y en cada uno de estos el registro del yo varía. En el *sueño pasivo*, profundo, sin imágenes, deja de haber registro del yo. En el *sueño activo*, con imágenes, el yo se experimenta como si estuviera metido dentro del mismo sueño. Los impulsos traducidos en el *sueño activo*, como en cualquier otro estado y nivel, pueden dejar sensaciones gratificantes, neutras, molestas y hasta muy sufrientes, como en el caso de las pesadillas.

En el *semisueño pasivo* el yo va alejándose de su registro vigílico, como deslizándose suavemente hacia la interioridad profunda del *espacio de representación*, como si fuera “cayendo” dentro de un “pozo hondo y oscuro”. Este pasaje suave y calmado suele perturbarse por un estado de alteración en el que el campo de presencia atencional es ganado por contenidos que “resisten” al yo en su descenso al sueño profundo. Lo contrario puede ocurrir en el semisueño activo en el que en su tránsito hacia la vigilia y para tomar contacto con el mundo externo, el yo empieza a “despertarse”, iniciando su desplazamiento hacia su lugar habitual en el interior de su cabeza.

El *semisueño activo* admite estados alterados y atentos. En los primeros, la presencia de *tensiones* y *climas* inoportunos es característica. En los segundos ocurre lo contrario, estando el cuerpo relajado, el ánimo calmado y la atención sobre el mundo externo va ganando espacio. Este estado de *semisueño activo* calmado y atento podría ser idóneo para progresar en experiencias de reflexión y meditación.



Estados no habituales

La PNH se aparta de la nosología psiquiátrica para reconocer en los comportamientos no habituales, no sólo estructuras, estados y casos de conciencia perturbada, sino también estructuras, estados y casos de *conciencia inspirada*. Advierte que en los estados no habituales los fenómenos que se presentan no siempre tienen un signo negativo, sino que pueden ser de gran utilidad en el proceso de desarrollo e integración de la conciencia. En este sentido se interesa particularmente por la conciencia inspirada como estructura global capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad, como las que caracterizan a distintas expresiones de la filosofía, el arte, la ciencia y la mística y la vida cotidiana. Pero aún en las inevitables perturbaciones por las que todos pasamos, y dependiendo de la actitud con la que se las tome, la PNH rescata para quien las vive la oportunidad de un aprendizaje y de una comprensión de carácter evolutivo.

Tomando como criterio de referencia el mayor o menor alejamiento, enraizamiento y perdurabilidad de una conducta respecto de los parámetros vigílicos de *reversibilidad*, sentido crítico y control de los actos, una primera aproximación clasificatoria de los estados no habituales distingue el grupo de la conciencia perturbada y el grupo de la conciencia inspirada.



Alteración y ensimismamiento

En el grupo de la conciencia perturbada se distinguen a su vez las estructuras, estados y casos alterados de los ensimismados. En los primeros el *yo* se experimenta como “saliendo fuera de sí”, “volcándose en el mundo” e “identificándose con la situación”. En los segundos, por el contrario, el *yo* se “mete dentro de sí”, se “retira del mundo” para quedarse identificado “dentro de su interioridad”. El habla cotidiana tiene numerosas alusiones a estas distintas posiciones que el *yo* ocupa en el *espacio de representación*. Así, se suele decir de alguien sumamente encolerizado (alterado) que “perdió la cabeza y se le fue encima al otro para destrozarlo” o de alguien muy decepcionado y/o deprimido (ensimismado) que “se metió en su cueva para rumiarse su dolor y días de días no sale de ella”.



Externalización proyectiva

La sensación de los límites del propio cuerpo demarca como registro de límite que se experimenta “adentro de uno mismo, en el mundo interno” y lo que está “fuera de uno mismo, en el mundo externo”. En la conciencia perturbada alterada, el registro del *yo* se “traslada” hacia los límites externos del espacio de representación, proyectando lo que siente dentro de sí hacia el mundo externo, como si el contenido interno viniera de la exterioridad. La alucinación se presenta como el caso más extremo de externalización proyectiva por el que un fenómeno de representación (interior) se convierte en un fenómeno de percepción (exterior).

Internalización introyectiva

En la conciencia perturbada ensimismada se produce el fenómeno inverso de la internalización introyectiva por el que las representaciones correspondientes a las percepciones del mundo externo se desconectan del contexto de situación y se interpretan de modo delirante: “En un ejemplo: las luces coloreadas de los semáforos de una gran ciudad comienzan de pronto, a los ojos del angustiado peatón, a ‘enviar’ misteriosos códigos y claves. El sujeto, a partir de ese momento, se considera como la única persona capaz de ‘recibir’ y comprender el significado de esos mensajes”.¹³⁴

La violencia en la génesis de las enfermedades mentales

En la PNH lo que se denomina “enfermedad mental” tiene que ver, no sólo con las deficiencias congénitas y/o adquiridas del organismo y la personalidad, y con los estados perturbados alterados y ensimismados, sino también con el condicionamiento social que promueve códigos y conductas alienantes u opresoras. Por lo mismo, la cura estará marcada por el proceso liberador de la *violencia*¹³⁵, estado psíquico y social por el que los grupos e individuos imponen sus intenciones o intereses por la fuerza física, económica, social o psicológica. Este estado ha acompañado al ser humano a lo largo de su historia y todavía forma parte

134 *Ibidem*, p. 322

135 **VIOLENCIA.** Avasallamiento de la intención y la libertad humanas por medio de la fuerza física, económica, política, psicológica, racial, ideológica o religiosa que un individuo o grupo ejerce sobre otro(s). En las formas de violencia un sujeto intentará limitar o anular la intención del otro, tratándolo como si fuera un objeto. La violencia se puede definir como el intento de apropiarse por medio de la fuerza de la subjetividad del otro, es decir, de su pensar, querer, sentir y actuar. Lo que se expresa no sólo en los casos de violencia manifiesta (guerra, vandalismo, delincuencia), sino cotidianamente, en la casa, la escuela, la calle, el centro laboral, en la política nacional e internacional, cada vez que se pretende tratar al otro (individuo, familia o pueblo) como un ente sin derecho a vivir y decidir.

importante de sus estructuras mentales y sociales. El siguiente cuadro resume algunas de las formas principales de la violencia:

FORMAS DE LA VIOLENCIA

ECONÓMICA	<i>Explotación / Exacción Discriminación laboral / Trabajo infantil Desempleo</i>
POLÍTICA	<i>Dictadura / Democracia formal Terrorismo de Estado Terrorismo subversivo</i>
IDEOLÓGICA	<i>Manipulación Prohibición del libre pensamiento Subordinación de medios de comunicación</i>
RELIGIOSA	<i>Fanatismo / Control del pensamiento Persecución de "herejes" Prohibición de otras creencias</i>
FAMILIAR	<i>Explotación de la mujer Dictado sobre los hijos Golpizas / Violencia verbal</i>
CULTURAL	<i>Censuras / Exclusión de corrientes innovadoras Prohibición editorial Dictados burocráticos</i>
MORAL	<i>Actitud de indiferencia, complicidad e impunidad en relación a los distintos actos de violencia.</i>

La *violencia* puede concebirse como un condicionamiento histórico, económico, social, político, cultural y mental, resultado de la contradicción personal y social, que genera y realimenta estructuras de perturbación. En el origen de los estados perturbados, o en su agravamiento, se suele constatar la presencia de un ambiente humano violento frente al cual la conciencia del "enfermo" ha fracasado previamente en sus intentos de adaptación creciente. Estos han sido reprimidos y anulados por la imposición violenta y arbitraria de otros intereses e intenciones. Ante ello, la conciencia, alterándose o ensimismándose, ha tenido que perturbar su propio funcionamiento para evitar registrar un mayor dolor o sufrimiento.



*El yo calmo y atento como
condición de equilibrio vital*

Por lo anterior, la curación puede asumir el carácter de una lucha por la autoconciencia y *coherencia*¹³⁶ crecientes. La curación depende en gran medida de un *yo* atento, tranquilo, conciente de sí mismo, aperceptivo, con sentido crítico y contribuyendo en el proceso de integración del psiquismo en su relación con el mundo. La conciencia, entendida en su función de registro y coordinación de este proceso, se encuentra en equilibrio inestable, expuesta permanentemente a una estimulación desestabilizadora que exige respuestas. Estas pueden ser adecuadas si estabilizan o inadecuadas cuando profundizan el desequilibrio psíquico. El estado interno de vigilia activa, atenta y calma posibilita mejores respuestas, contrarestando al estado de vigilia perturbada (en el que el *yo* pierde *reversibilidad*) y anuncia la posibilidad de consolidar un nuevo nivel de conciencia: la *conciencia de sí*¹³⁷.

También se concederá especial importancia a las “cargas” excesivas o insuficientes de los contenidos psíquicos y a la proporción, descarga y redistribución de las mismas por medio de *catarsis* y *transferencias*. Esta concepción explica que la “enfermedad mental” es un estado de conciencia superable, que tiene que ver sobre todo con el efecto integrador de la acción humana en el mundo interno y externo desde *el punto de vista energético-transferencial*.¹³⁸

136 Definida en el contexto de la regla de oro, presente en la normativa de distintas culturas y religiones, la coherencia se puede definir como “pensar, sentir y actuar en la misma dirección, tratando a los demás como uno mismo quisiera ser tratado”.


137 CONCIENCIA DE SÍ. Nivel de conciencia en que la fuerza sugestiva de los ensueños secundarios y los estímulos ambientales tiende a desaparecer por el descubrimiento de formas y mecanismos mentales que permite el ejercicio de la auto-observación.

138 PUNTO DE VISTA ENERGÉTICO TRANSFERENCIAL. Los actos catárticos descargan tensiones. Los transferenciales trasladan cargas internas, integran contenidos y amplían las posibilidades de desarrollo de la energía psíquica. Ambos se pueden dar, tanto internamente en el trabajo con las imágenes, como externamente en la acción o la conducta. Habrá acciones que permitan integrar contenidos y habrá acciones tremendamente desintegradoras



Técnicas de apoyo en salud mental

Como anteriormente lo hacíamos notar, el funcionamiento del psiquismo tiene carácter estructural, de tal manera que a menudo los problemas en uno de los componentes de la conciencia termina afectando a los demás. Ello lleva a un tratamiento gradual y de conjunto, dirigido a habilitar al sujeto tratado en el dominio progresivo de técnicas de *distensión*, *psicofísica*, *autocococimiento*, *catarsis*¹³⁹, *transferencias*¹⁴⁰ y *autotransferencias*¹⁴¹, tal y como están propuestas en *Autoliberación*¹⁴², obra que representa el primer intento sistemático aplicado de la PNH.



¿Tiene el sufrimiento un origen ilusorio?

Es necesario comprender el sufrimiento producido por el fracaso de los ensueños como sistema de respuestas compensatorias a las exigencias del mundo y a las carencias básicas de la personalidad. El *núcleo de ensueño* puede regresionar (el psiquismo vuelve a etapas vitales anteriores) o quedar fijado (desvinculando progresivamente al individuo de su medio). El *núcleo de ensueño* lanza al ser humano en persecución de espejismos que al no cumplirse producen estados dolorosos (desilusiones). Sin embargo y paradójicamente, este registro de fracaso crea condiciones favorables para el surgimiento de nuevas direcciones de vida. El desgaste del *núcleo de ensueño* en el psiquismo

139 CATARSIS. Técnica de descarga de contenidos opresivos y/o tensiones internas mediante su externalización por los centros de respuesta.

140 TRANSFERENCIAS. Técnica que opera en el campo de la representación interna descargando tensiones de unos contenidos y llevando sus cargas hacia a otros. Se opera desde nivel del semisueño activo orientado por un guía.

141 AUTOTRANSFERENCIAS. Técnica que termina con el registro de cambio de sentido, luego de superar las resistencias de un proceso previamente ordenado, comprendido y aprendido.

142 Amman, L.

individual se asemeja al desgaste de los *ensueños* epocales que dirigen la actividad de una sociedad.

La PNH advierte igualmente sobre la *adaptación decreciente*¹⁴³ a partir de *roles* mal configurados sobre la base de respuestas típicas o atípicas inoportunas que no llegan a adecuarse a las exigencias propias de una situación. Pero tratará de ir más allá de los intentos situacionales, atendiendo a los cambios significativos, no circunstanciales, que van modificando constantemente la estructura conciencia-mundo en dirección evolutiva, unitiva, integradora, no violenta y no sufriente, ni para uno mismo, ni para los demás.



*El retorno de los ideales
en el proceso de curación*

La “enfermedad mental”, según esta visión, puede ser interpretada como la caída ilusoria (pero psicológicamente real) y dolorosa de la conciencia en el estado de perturbación alterado o el ensimismado, ante la impotencia de transformar las distintas situaciones de violencia y tensión que propone el medio social. Victor Frankl¹⁴⁴ sostiene la tesis de que, en la esquizofrenia, la conciencia del enfermo ha perdido su cualidad esencialmente activa, deviniendo en mero objeto de fuerzas que la controlan y manejan. Estas fuerzas desalojan al yo de manera más o menos definitiva de su lugar habitual de reflexión y control.


Lo mismo podría aplicarse a la paranoia (delirios de persecución o grandeza, celos infundados, temor constante a ser envenenado) y a la depresión (subestimación del propio esfuerzo, resignación, renuncia a la acción en el mundo externo). El carácter más o menos grave de la perturbación mental tiene que ver justamente con el bajo grado de reversibilidad de la conciencia humana para aprehenderse y modelarse a sí misma y con su carácter activo, tanto en la selección de ambientes

143 En la adaptación decreciente, el individuo tiende a aislarse de su medio o se adapta conformistamente a un medio que se descompone y no favorece su integración.

144 Frankl, V., *Psicoanálisis y existencialismo*, p. 299.

positivos y acciones unitivas, como en el control evolutivo del proceso de transformación interna y externa, personal y social.

En realidad, el proceso de curación se puede alegorizar como la marcha del ser humano hacia su ser más profundo y querido. Un destino pleno de verdad, fuerza, bondad, paz y felicidad. Aunque estos ideales no se logren totalmente, no puede negarse su valor de orientación y motivación en el vencimiento de resistencias y hábitos regresivos. Son aspiraciones que permiten contrastar las “realidades” conflictivas y sufrientes, con aquellas otras provenientes de la profundidad de uno mismo, ahí donde la conversión del sentido global de la vida se abre como posibilidad.



Mística y psicología
La conciencia inspirada¹⁴⁵

Es posible para el ser humano producir un cambio profundo e intencionado de sentido. Ello dependerá de su apertura y disposición para experimentar su situación en el mundo de un modo nuevo. La *conciencia inspirada*¹⁴⁶ puede ayudar en este propósito. Aunque expresiones de conciencia inspirada se encuentren en la filosofía, la ciencia, el arte y hasta en la vida cotidiana, es en el campo de la mística donde ellas adquieren especial significación y riqueza. Los guías, profetas y santos de distintas religiones dan cuenta de intuiciones visionarias producidas durante el *sueño*, el *semisueño*, la *vigilia*¹⁴⁷ y los estados de trance y meditación. En estos estados son posibles las experiencias de *extasis*¹⁴⁸,

145 “Los diferentes modos de estar el ser humano en el mundo, las diferentes posiciones de su experimentar y hacer, responden a estructuraciones completas de conciencia. Así: la “conciencia desdichada”, la “conciencia angustiada”, la conciencia emocionada”, la “conciencia asqueada”, la “conciencia nauseada”, la “conciencia inspirada”. (Silo, *Apuntes*, p. 318)

146 CONCIENCIA INSPIRADA. La conciencia inspirada es una estructura global, capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad. Por otra parte, es apta para organizar conjuntos de experiencias y para priorizar expresiones que se suelen transmitir a través de la Filosofía, la Ciencia, el Arte y la Mística.

147 Sueño, semisueño y vigilia conforman los niveles de conciencia habituales en los que transcurre y se interpreta las situaciones-estímulo en vida diaria.

148 EXTASIS. Situaciones mentales en las que el sujeto queda absorto, deslumbrado dentro

*arrebato*¹⁴⁹ y *reconocimiento*¹⁵⁰ que podrían referir a un nivel superior de conciencia.

Especialmente interesante puede ser el estado de suspensión del yo que “se logra desplazando progresivamente al yo¹⁵¹ de su ubicación central de objeto de meditación...La conciencia entonces, está en condiciones de encontrarse (...) en una suerte de vacío (...) por esta vía (...) detectamos fenómenos que se producen cuando la conciencia es capaz de internalizarse hacia ‘lo profundo’ del espacio de representación (...) En esta internalización irrumpe aquello que siempre está escondido, cubierto por el ‘ruido’ de la conciencia. Es en lo profundo donde se encuentran las experiencias de los espacios y de los tiempos sagrados. En otras palabras, en ‘lo profundo’ se encuentra la raíz de toda mística y de todo sentimiento religioso”.¹⁵² Es en esta experiencia que se pueden dar cambios profundos en la dirección y el sentido de la vida.

En esta misma dirección, también son interesantes los fenómenos que en determinadas estados de conciencia irrumpen iluminando todo el espacio de representación: “La literatura religiosa universal está plagada de numerosos relatos acerca de estos fenómenos. También es interesante advertir que esta luz en ocasiones se ‘comunica’ y hasta ‘dialoga’ con el sujeto...Según se describe en muchos textos, algunas personas que aparentemente murieron y volvieron a la vida, tuvieron la

de sí y suspendido. Frecuentemente se acompaña de concomitancias motrices suaves o es antecedido por convulsiones.

149 **ARREBATO.** Agitación emotiva y motriz incontrolable, en la que el sujeto se siente transportado, llevado fuera de sí a otros paisajes mentales, a otros tiempos y espacios.

150 **RECONOCIMIENTO.** Situación mental en la que la persona cree comprenderlo todo en un instante. Especialmente relevante para experimentar el cambio de sentido de un situación o la vida en general.

151 Yo. a) Configuración ilusoria de identidad y permanencia. b) Aquello que observa los mecanismos y operaciones que se van efectuando en la conciencia. c) Aquello que permite manejar más o menos voluntariamente la memoria, la imaginación, los sentidos, los centros de respuesta y los niveles de conciencia. Es un epifenómeno de la conciencia, porque depende de los estados internos de ésta. En el estado de conciencia alterada el yo también se altera ubicándose en la periferia del espacio de representación. En el estado ensimismado, el yo se registra muy adentro del espacio de representación, como ‘clavado en la cenestecia’, y muy distanciado del mundo externo.

152 Silo, *Apuntes...*, p. 305

experiencia de abandonar su cuerpo e ir orientándose a una luz cada vez más viva...”¹⁵³ Más allá de la explicación científica interesa rescatar “el sistema de registro, el emplazamiento afectivo que padece el sujeto y esa suerte de gran ‘sentido’ que parece irrumpir sorpresivamente...(y) que parece de gran importancia ya que tiene aptitud para cambiar súbitamente el sentido de la vida humana”¹⁵⁴

Más allá de los casos accidentales de conciencia inspirada, este estado ha sido buscado con diferentes tipos de danzas, ceremonias, brebajes, ayunos, oraciones y meditaciones. Por lo general, se intenta desalojar al yo de su lugar habitual para sustuirlo por otra entidad (un dios, una fuerza, un espíritu) que lo suplante, tomando posesión de la personalidad del practicante. También se ha buscado la suspensión del yo por un lapso determinado de tiempo, pero sin alentar su sustitución por alguna otra entidad. Aún más, se ha querido llegar a un estado de “vacío” en el que ningún contenido de conciencia sea registrado.

Los estados de *conciencia inspirada* suelen ser considerados por quien los vivencia como positivos, especiales e integradores: Son estados que trascienden la mecánica del yo psicológico a favor de una fusión esencial con uno mismo, plena de significación. Un registro existencial de certeza, de tal calidad e intensidad, opera un cambio global de la imagen y el sentido del mundo.

153 Ibid., pp. 300

154 Ibid., p. 301

xii

Resumen

1. No obstante las críticas y consideraciones expuestas a lo largo de este trabajo, puede afirmarse que frente a las corrientes psicoterapéuticas existencial, fenomenológica y cognitiva la psicología del nuevo humanismo encuentra compatibilidades fundamentales referidas al valor único y personal de la persona tratada, a la empatía con ella, a su trato positivo incondicional, a la congruencia con el propio sentir, al valor terapéutico de la imagen y al reconocimiento del ser humano como un buscador de sentido.
2. Está de acuerdo con que el “paciente” no debería ser visto como una proyección de las teorías del terapeuta, sino como un agente que puede develar su propio enigma e influir positivamente en su destino. Y está de acuerdo también en afirmar que lo patológico no es solamente individual sino profundamente social.
3. También reconoce la importancia de considerar los tres tiempos de la conciencia para el logro de la unidad interna y la relación adecuada con el mundo. Para el pasado propone la integración de contenidos y la reconciliación con uno mismo, para el futuro la apertura de nuevos proyectos y posibilidades de sentido y para el presente la coherencia entre el pensar, el sentir y el hacer en el mundo.

4. Al asomarnos desde la PNH a las psicologías clásicas, las encontramos en un interesante proceso de humanización, enriquecido por los aportes de las corrientes existencialistas, fenomenológicas, sistémicas y cognitivas, los que aun no terminan de amalgamarse en un todo conceptual coherente y fundamentante.
5. Sin embargo, da la impresión que siguen girando alrededor del individuo, de la pareja, o del pequeño trabajo grupal humanitario, antes que centrarse en el esfuerzo solidario y genuino de liberación social. Se dirá que éste no es el tema de la psicoterapia, pero al haber admitido teóricamente el origen social de la enfermedad mental, resulta contradictorio no acometer la psicoterapia en los mismos términos. En este contexto la psicología comunitaria constituye una saludable excepción. Ella surge, indudablemente, como el aporte más interesante para reunir a las distintas tendencias en una dirección humanizadora.
6. En profunda coincidencia con la psicología comunitaria, la PNH propone que la psicología no se debe limitar tan sólo a una mejora de las condiciones personales, manteniendo las condiciones sociales existentes, sino a lograr una transformación sustantiva de ambas. Colocar como imagen rectora de la psicología y la psicoterapia esta meta, produce un perfil de psicólogo muy diferente al que nos tiene acostumbrado la psicología clásica.
7. En este contexto, la PNH quiere verse a sí misma como una contribución interesante en este intento. Por ello, a diferencia de la orientación biologista, esta nueva corriente observa que el condicionamiento genético-fisiológico actúa en estructura con los otros planos de la conciencia humana y, por ende, del sistema histórico-social. Si bien la base biológica del ser humano actúa desde sus numerosas localizaciones nerviosas y glandulares, no deja de responder a la función coordinadora general que realiza la conciencia, compensando así la inestabilidad propia de la relación que el individuo mantiene con su medio histórico social. Así como el cuerpo influye en la conciencia y sobre el mundo, de la misma manera la conciencia y el mundo influyen en el cuerpo físico.

8. Respecto al psicoanálisis freudiano, la PNH propone que la conciencia sí puede resolver favorablemente el conflicto producido entre las fuerzas “inconscientes” del “ello” y el “superyó”. Es tan importante integrar el trauma pasado, como ordenar el presente de acuerdo a una imagen de futuro deseado. Estos tres tiempos actúan en estructura, interconectándose en función de una intencionalidad que supere el sufrimiento.
9. Afirma también que la interpretación del hecho psíquico debería apoyarse en el registro de verdad interna del sujeto tratado, antes que en el supuesto teórico del psicoanalista de acuerdo a un modelo catalogado por la crítica como mecánico y reduccionista.
10. La transferencia no es sólo un proceso proyectivo del “paciente” al psicoanalista, o a cualquier sujeto u objeto del mundo exterior, sino un proceso general de la conciencia y la conducta que, por medio de la dinámica de la imagen, intenta redistribuir la energía psíquica por toda esa suerte de pantalla mental a la que hemos llamado *espacio de representación* y que se percibe internamente con volumen, con profundidad y con niveles altos y bajos.
11. Con respecto al conductismo, advierte que la conciencia es tan necesaria como la conducta en la comprensión y el control del fenómeno psíquico. Considera que los estímulos de recompensa y castigo impuestos por el medio natural o humano no son determinantes, ni mucho menos ajenos al cambio histórico, sino que existe un proceso no mecánico de transformación mutua y aprendizaje constante. La conducta humana es cualitativamente distinta a la de los animales y, por tanto, las conclusiones sobre la conducta animal no se pueden extrapolar mecánicamente para explicar la conducta humana.
12. La conducta en el ser humano puede manifestarse también reflexivamente, en función de un sentir y un actuar positivos para uno mismo y los demás. La función de la imagen en la configuración de toda conducta no refleja es fundamental. En este contexto, los cambios situacionales de conducta no son suficientes sino que

- hay que apuntar a la modificación de las imágenes-guías (trazadoras o rectoras) conectadas compensatoriamente con el *núcleo de ensueño* en la profundidad de la propia conciencia.
13. Respecto a la orientación cognitiva, aparte de enriquecerla con una teoría de la *imagen*, la PNH sostiene que la creencia se explica mejor en el marco de una interpretación general de la acción humana, entendida como transformación del mundo y de uno mismo. Por lo tanto, es necesario contar con el concepto de *espacio de representación* para comprender y operar sobre las imágenes, tanto en el mundo interno como externo. No bastan los cambios en los esquemas cognitivos situacionales, sino que para lograr procesos de desarrollo más interesantes y duraderos habría que encauzar el núcleo de ensueño que dirige la etapa vital.
 14. En relación a la orientación sistémica, sostiene que el “sistema” es la relación que una estructura (el individuo) guarda con otra que es su medio (la sociedad). En este sentido el sistema no es sólo la familia, sino también la economía, la política, la religión, la cultura de la época, la estructura social y la generación. El cambio, entonces, debe ser interno y externo: hacia adentro, a través del manejo de la imagen, y hacia afuera a través del comportamiento coherente y la ejecución de proyectos solidarios y colectivos de transformación social.
 15. El cambio personal no sólo necesita impulsarse desde el exterior para poner en marcha los mecanismos homeostáticos naturales, sino que requiere comprenderse e intencionarse desde dentro hasta volverse *conciencia* individual y grupal. En este sentido, la intervención sobre el medio familiar del sujeto tratado, realizada por el terapeuta, debe actuar en consonancia con el fundamento intencional, enfatizando la comprensión del proceso de curación por parte de todos los que intervienen en él.
 16. Con respecto a las posiciones humanistas, afirma que la opción de cambio personal debe conectar con la opción de cambio social para producir un efecto de coherencia interna y de humanización

en el mundo. Para lograr la salud mental no basta la voluntad individual de auto-desarrollo ego-centrado en la clave del éxito social propio de la cultura epocal. El esfuerzo personal, para adquirir un sentido trascendente, debe unirse al de otros en una dirección a la vez libertaria y solidaria, que beneficie tanto al individuo como a la sociedad.

17. En cuanto a convergencias filosóficas podríamos decir que el trasfondo de las ideas generales que orientan la PNH, revelan un punto de vista complejo, integrado orgánicamente por varias perspectivas. Entre otros autores, podemos percibir influencias de la fenomenología de Husserl, el existencialismo de Sartre y Heidegger y la historiología de Ortega y Gasset.
18. Creemos que la fenomenología aporta la concepción del psiquismo como estructura dotada de intencionalidad, cuyas vivencias, contenidos y mecanismos pueden observarse con objetividad y sin prejuicios.
19. El existencialismo propone que la realización del ser humano debe darse en el mundo, como superación de resistencias, descubrimiento de sentidos, realización de proyectos y como dinámica de liberación.
20. La historiología permite incorporar en la perspectiva conductista-sistémico-evolutiva (que explica los procesos “objetivamente” y desde afuera) el factor “subjetivo”. El ser humano actúa en el mundo a través de la *imagen*, dando vida a sus mitos, ensueños y proyectos, lo que debe ser tomado en cuenta en la explicación psicológica, en la intervención comunitaria y en el tratamiento clínico o terapéutico.
21. Las imágenes no son meras copias degradadas de la percepción, sino formas que, además de movilizar la acción transformadora en el mundo externo, permiten la integración de contenidos en el mundo interno, dando lugar a un proceso energético-transferencial de gran relevancia para la salud mental. Es tan fundamental la función

de la imagen en la PNH, que bien podría llamársele alternativamente Psicología de la Imagen.

22. Para concluir presentamos una definición breve y esencial de lo que para este autor significa la PNH: Es el estudio y el registro de la experiencia de la conciencia humana en el mundo, entendida como intencionalidad orientada a superar el sufrimiento, mediante procesos integradores producidos por el dominio de la imagen y el actuar coherente en una dirección humanizadora y trascendente.

Epílogo: la integración de perspectivas

Creemos, sinceramente, que la PNH expuesta sistemáticamente en la obra *Apuntes de psicología* ha tratado de ser consecuente con la estructura general de la vida humana, emanada de la descripción rigurosa de la experiencia como dinámica de adaptación en el mundo de la vida cotidiana. Su punto de vista integrador (existencial, fenomenológico, sistémico e historiográfico) no proviene de un eclecticismo destinado a disimular el vacío epistemológico, sino de una reflexión sobre la esencia humana y una aplicación consecuente de esta comprensión en la interpretación del psiquismo humano.

De acuerdo a Worchel y Shebilske¹⁵⁵ los modelos que hemos presentado en este trabajo sirven todos, de una manera u otra, como directrices útiles. Para estos autores, la mayoría de psicólogos, psiquiatras y trabajadores sociales clínicos utilizan un enfoque integrado para evaluar los problemas psicológicos de sus clientes. Este enfoque, conocido como orientación bio-sico-social supone que la conducta humana se entiende mejor como una interacción de factores biológicos, psicológicos y socioculturales que contribuyen tanto en la adquisición de recursos psicológicos de adaptación, como en la generación de las situaciones de estrés que los ponen a prueba en su poder integrador.

Aparte de señalar las deficiencias de las corrientes, la PNH reconoce también los aportes de las distintas escuelas. Sin embargo hay dificultad para comprender cómo modelos teóricos que presuponen concepciones del ser humano tan distintas, puedan llegar a constituir un enfoque integrado. Estamos más bien frente a un enfoque ecléctico, porque hasta donde sabemos no se ha hecho el esfuerzo de repensar el psiquismo humano de manera global, considerándolo un hecho sistémico, subjetivo y objetivo a la vez, una estructura en la que ambas cualidades son sólo momentos de una misma dinámica en la que el mundo y la conciencia se interpenetran y se transforman recíprocamente. Así, cuando se habla de interacción de factores biológicos, psicológicos y socioculturales, aparentemente se está siendo congruente con el postulado integrador. Sin embargo, la palabra “interacción” sólo se está refiriendo a que los diversos planos se afectan recíprocamente, pero en ninguna parte se explica cómo es que ello es posible.

Da la impresión de que la psicología, en su unilateralidad empirista y positivista, o racionalista y espiritualista, hubiera ido aportando las piezas de un rompecabezas, carente de marco antropológico. Esto es así debido a que la mayoría de corrientes asumió la pretensión de considerarse como una ciencia natural, más semejante a la física o a la biología que a otras ciencias humanas. Las corrientes fenomenológica y existencialista, muy emparentadas entre sí, vinieron precisamente a llenar este vacío. Y con ello restituyeron a la psicología su objeto original: la conciencia. Además la asentaron en el cuerpo y la conectaron con el mundo. Conciencia-Cuerpo-Mundo forman así una estructura que tiene que ser vista como una totalidad más allá de una polaridad o un dualismo irreconciliable entre la materia y el espíritu o entre lo psíquico y lo social, o entre lo “subjetivo” y lo “objetivo”.

Y es precisamente en este punto, en este vacío teórico, donde creemos que la PNH realiza su principales aportes, tanto a través de la descripción precisa de su esquema integrado del psiquismo humano, como del descubrimiento de dos conceptos fundamentales ya aludidos anteriormente: *imagen* y *espacio de representación*. Estos conceptos, en su complejísima labor de traducción y localización de impulsos, permiten entender la dinámica general del psiquismo humano y actuar coherentemente en sintonía con su función liberadora respecto al crecimiento de la vida.

Vocabulario

a b

c e f i

l m n o

p r s t

u v y



ACCION COHERENTE. En la ética del Nuevo Humanismo la coherencia se define como pensar, sentir y actuar en la misma dirección, tratando al otro como uno quisiera ser tratado.

ACCION VALIDA. Acto humano consciente, libre y solidario que hace retroceder el sufrimiento en otros y se registra como acto de unidad.

ACTITUD HUMANISTA. Ubica al ser humano como valor central. Afirma la igualdad de todos los seres humanos. Reconoce y valora la diversidad personal y cultural. Desarrolla el conocimiento por encima de lo impuesto como verdad absoluta. Afirma la libertad de ideas y creencias. Repudia la violencia. Reconoce la intención y libertad en otros. Asume compromisos de lucha no violenta. La a.h. es una forma histórica de la conciencia social que se va desarrollando en distintas culturas y que se manifiesta con claridad en un determinado momento humanista.

ADAPTACION CRECIENTE. Conjunto de conductas personales y sociales que lleva a la modificación progresiva del individuo y su medio. En este sentido, plasma en el mundo la superación de lo viejo por lo nuevo.

ALEGORIA. Imagen dinámica producida por el canal asociativo de la conciencia, de características multiplicativas, sumatorias, asociativas y transformativas. Son narraciones transformadas plásticamente en las que se fija lo diverso o se multiplica por alusión, pero también donde se concreta lo abstracto. Relata situaciones referidas a la mente individual y colectiva (cuentos, arte, folclore, mitos).

ALTERACION. Estado interno en el que el yo perdido en el mundo externo, se desplaza hacia los *registros* táctil kinestésicos sin crítica ni *reversibilidad* sobre los actos que realiza. La emoción violenta es un caso de conciencia vigílica en estado de alteración. Aquí, la importancia que cobra el objeto externo es decisiva, acortándose la distancia entre el yo y el objeto percibido.

ALUCINACION. Representaciones de la conciencia percibidas fuera de ésta. Se experimentan como si fueran situaciones reales del mundo con todas las características de la percepción sensorial. La conciencia envía impulsos y proyecta imágenes sobre el aparato de recepción que interpreta erróneamente esos datos y los devuelve como fenómenos pertenecientes al mundo externo.

ANTI HUMANISMO. Toda posición práctica y/o teórica que tiende a sostener un esquema de poder basado en los antivalores de la discriminación y la violencia.

APARATOS. Entendemos por tales a las síntesis conceptuales referidas a la estructura de los sentidos, la estructura de la memoria y la estructura de la conciencia con sus distintos niveles. Estos aparatos trabajan integradamente y la conexión que hay entre ellos está dada por los impulsos que van sufriendo deformaciones, traducciones y transformaciones, según el ámbito en el que participen.

APERCEPCION. Actividad de conciencia que pone atención a la percepción sensorial. La conciencia actúa sobre los sentidos para que vayan en una u otra dirección. Así, los sentidos están movidos no sólo por la actividad de los fenómenos hasta ellos, sino también por la dirección que imprime la conciencia.

APRENDIZAJE. Proceso de registro, elaboración y transmisión de datos en el que la percepción es cotejada por la memoria. A resultas de este cotejo la memoria envía imágenes a conciencia que las retransmite a los centros de respuesta. Como a su vez de esta actividad tiene registro conciencia, ésta comienza a dirigir la conducta entre lo que interpreta como “aciertos” y “errores”, apoyándose ahora en nuevos cotejos con la percepción y la memoria. Como intervienen los distintos centros se puede afirmar que no solamente existen aprendizajes intelectuales, sino también emotivos, motrices, sexuales y vegetativos. Es más, aunque puede predominar un centro en particular en el proceso de aprendizaje, el registro, la grabación y la incorporación de la experiencia vivida en un campo, involucra también a los demás. (Por ejemplo: En la escuela un alumno activa su centro intelectual tratando de comprender la explicación del profesor de matemáticas, pero su centro emocional está aprehendiendo esta situación con una respuesta de profundo aburrimiento. Entre tanto, ensueña en su enamorada para pasar el momento, estimulando con ello el centro sexual).

ARREBATO. Agitación emotiva y motriz incontrolable, en la que el sujeto se siente transportado, llevado fuera de sí a otros paisajes mentales, a otros tiempos y espacios.

ATENCIÓN. Aptitud de la conciencia que permite observar los fenómenos internos y externos. El estímulo que despierta interés puede quedar en un campo central de atención, al que denominamos *campo de presencia* que tiene que ver con la percepción. Todo lo que acompaña asociativamente al objeto-estímulo lo llamamos *campo de copresencia* y tiene que ver con la *memoria*.

AUTOTRANSFERENCIA. Técnica que termina con el registro de cambio de sentido, luego de superar las resistencias de un proceso interno previamente ordenado, comprendido y aprendido.



BIOTIPO O TIPO HUMANO. Por la predisposición natural al mayor trabajo de un centro sobre otro, por la diferente velocidad de la respuesta hacia el mundo interno o externo y por la dirección de la energía hacia las ideas, las emociones, las acciones o el propio cuerpo se distinguen cuatro biotipos: El Intelectual, el emotivo, el motriz y el vegetativo. La educación y el trabajo realizados pueden producir variaciones en el tipo básico. Se admiten subtipos por combinación de los cuatro tipos principales.



CATARSIS. Técnica de descarga de contenidos opresivos y/o tensiones internas mediante su externalización por los centros de respuesta. Las c. como las transferencias, pueden ser empíricas o espontáneas, o intencionadas con sentido operativo y liberador.

CENESTESIA. Ver sentido cenestésico.

CENTROS DE RESPUESTA. Síntesis conceptual referida a un mecanismo del psiquismo que da respuesta a las sensaciones provenientes del mundo interno o externo a través de algún tipo de actividad: vegetativa, sexual, motriz, emotiva, intelectual, etc.

CENTRO EMOTIVO. Regula los sentimientos y emociones, como respuestas a fenómenos internos y externos. Su acción modifica a la acción de los otros centros. Responde a las situaciones en base a registros de adhesión o rechazo. En sus respuestas desbordadas altera la sincronización con los otros centros.

CENTRO INTELECTUAL. Regula la elaboración de respuestas pensadas, la relación entre estímulos o datos distintos y el aprendizaje. Da órdenes a los otros centros, salvo a las partes involuntarias de ellos y al centro vegetativo. Trabaja por selección o confusión de imágenes en base a mecanismos de abstracción y asociación. Su desborde, al igual que el de todos los demás centros, produce confusión en el resto de la estructura y, por tanto, en el comportamiento.

CENTRO MOTRIZ. Permite el movimiento del cuerpo en el espacio, regula los hábitos del movimiento. Trabaja con tensiones y relajaciones. En sus respuestas trabaja con sobrecargas al igual que los demás centros.

CENTRO SEXUAL. Regula las actividades sexuales frente a estímulos externos e internos. Tiene una parte mínima de carácter voluntario. Es el colector y distribuidor energético principal. Opera por concentración y difusión alternadas para movilizar la energía en forma localizada o difundida.

CENTRO VEGETATIVO. Centro de respuesta que refiere a las funciones vitales del metabolismo, reproducción y locomoción (aún cuando ésta se ha especializado en el centro motriz), así como también los instintos de conservación y reproducción.

CIRCULOS DE PRESTIGIO. Valoraciones que hace cada persona de las situaciones en las que vive y ubicación personal que intenta lograr en ese sistema de estimaciones. Las fallas en alcanzar estos valores o su deficiente calidad alimentará la experiencia del sufrimiento. El estudio de los c. de p. son parte del Sistema de Autoliberación en su componente de autoconocimiento.

COMPORTEAMIENTO. Estructura que engloba: a) el registro de la sensación, y b) la respuesta a esa sensación que llega. A toda esa estructura que se manifiesta y actúa desde los *centros de respuesta*, la denominamos comportamiento. El c. varía dependiendo del *nivel de conciencia* que modela la intensidad del registro de la sensación y la intensidad o velocidad de la respuesta. El término “registro de la sensación” incluye el registro de la imagen y la acción de la memoria.

COMPORTEAMIENTO COHERENTE. Toda acción que produce una experiencia de unidad interna, al unir el pensamiento, el sentimiento y la acción en un registro de paz. Se inspira en y lleva a la práctica la regla de oro: “Trata a los demás como quieres que te traten”.

CONCIENCIA. Sistema de coordinación y registro que efectúa el psiquismo humano. Se lo representa como un “aparato” que coordina y estructura, operando con sensaciones, imágenes y recuerdos. Se experimenta por los sentidos cenestésicos. A veces se identifica con el yo.

CONCIENCIA DE SI. Nivel de conciencia en que la fuerza sugestiva de los ensueños secundarios y los estímulos ambientales tiende a desaparecer por el descubrimiento de formas y mecanismos mentales que permite el ejercicio de la auto-observación.

CONCIENCIA INSPIRADA. La conciencia inspirada es una estructura global, capaz de lograr intuiciones inmediatas de la realidad. Por otra parte, es apta para organizar conjuntos de experiencias y para priorizar expresiones que se suelen transmitir a través de la Filosofía, la Ciencia, el Arte y la Mística.

CONCIENCIA SOCIAL. Esfera sicosocial de la vida y del proceso histórico que incluye ideas morales, religiosas, jurídicas, económicas, políticas, intenciones sociales, costumbres, tradiciones, etc. Incluye también a la opinión pública. Va de la mano de los procesos de comunicación interindividual que surgen en el desarrollo de la interacción y las influencias recíprocas entre los seres humanos. Guarda relación compleja con la cultura y la subculturas adquiriendo características generacionales, étnicas, locales, nacionales, internacionales y de clase.

CONTENIDOS MENTALES. Objetos de conciencia. Formas que la conciencia organiza para responder al mundo. En sentido amplio, son imágenes que trabajan en el espacio de representación.

CONTRADICCION INTERNA. El trabajo de los centros de respuesta en distintas direcciones se experimenta sufrientemente como contradicción interna. Cuando se siente en una dirección (centro emotivo), se piensa en otra (centro intelectual) y se actúa en otra diferente (centro motriz) se registra contradicción interna.



ENSIMISMAMIENTO. Cuando el yo mantiene contacto sensorial con el mundo externo pero se encuentra perdido en sus representaciones o evocaciones, o se tiene en cuenta a sí mismo sin intereses relevantes sobre su acción en el mundo. El cuerpo actúa externamente en una suerte de “irrealidad” que, profundizándose, puede llegar a la desconexión y la inmovilidad. En este estado la distancia se “alarga” entre el yo y el objeto externo.

ENSUEÑOS. Imágenes provenientes de otros niveles de conciencia que presionan el nivel vigílico. Cumplen con la función de descargar tensiones internas, producto del condicionamiento de sufrimiento o dolor. Hay ensueños situacionales y otros de gran fijeza. Estos últimos delatan la presencia de un núcleo que se manifiesta como imagen orientadora de la conducta.

ESPACIO DE REPRESENTACION. Estructura perceptual-representativa de la propia cenestesia que se presenta volumétricamente. Posibilita que las representaciones aparezcan arriba o abajo, a izquierda o a derecha, hacia delante o hacia arriba. Y que la ‘mirada’ se ubique respecto de la imagen en una perspectiva delimitada. Todos los sentidos producen su representación en un espacio mental... Este espacio no es sino el conjunto de representaciones internas del propio sistema cenestésico... Tiene profundidad, tiene volumen y reproduce, aproximadamente, al propio cuerpo.

ESPIRITU VOLUNTARIO. Pone en marcha actividades superadoras del dolor y el sufrimiento. A diferencia del “espíritu” consumista centrado en el recibir, se orienta por el dar. El voluntario dota de significado al mundo al “lanzar” generosamente acciones válidas en él. El registro de “soltura” interna le relaja la tensión propia de la tendencia posesiva.

ESTADOS INTERNOS. Son fenómenos de conciencia que van influyendo en la situación propia de cada nivel, tiñéndolo de ciertas características correspondientes a las vivencias que se movilizan y que corresponden a contenidos de otros niveles. En el sueño hay estados internos pasivos (sin imágenes) y activos (con imágenes). Igual en el semisueño en el que el activo, además, puede ser atento o alterado. En vigilia ambos estados, pasivo y activo, pueden ser atentos o alterados.

ESTIMULO. Todo fenómeno del mundo externo o interno que provoca una respuesta. Se diferencian los estímulos simples que provocan respuestas reflejas, de aquellos más complejos, que hacen a las circunstancias y situaciones vitales, las que al quedar en memoria abarcan estimulaciones de mayor permanencia. Estas retenciones no guardan solamente el estímulo original, sino que guardan también las respuestas a esos estímulos, en el nivel de conciencia que se produjeron, y con los climas, las tensiones y los roles que las acompañaron.

ESTRUCTURA. Los miembros de un conjunto dado están correlacionados de manera que son no independientes unos respecto de otros y se compenentran mutuamente. Cuando uno de los elementos cambia, cambian los otros también.

EVOCAACION. Acción intencional de la conciencia sobre la memoria, buscando datos ya grabados en una determinada franja de recuerdos estructurados en base a los estados de grabación o climas de grabación.

EXTASIS. Situaciones mentales en las que el sujeto queda absorto, deslumbrado dentro de sí y suspendido. Frecuentemente se acompaña de concomitancias motrices suaves o es antecedido por convulsiones.



FORMA. a) Estructuración que hace la conciencia de los impulsos. b) Ambito mental de registro interno que permite estructurar distintos fenómenos. c) Imágenes provenientes de las vías abstractivas o asociativas. d) Estructuras de percepción.



IMAGEN. Representación, estructurada y formalizada por la conciencia, de sensaciones o percepciones que provienen o han provenido (memoria) del medio externo o interno, por vía sensorial. Hay, por ello, imagen visual, táctil, olfativa, auditiva, gustativa, cenestésica y kinestésica. La conciencia formaliza los impulsos en imágenes y éstas a su vez envían impulsos hacia los centros para movilizar respuestas (vegetativas, motrices, emocionales e intelectuales).

IMAGEN DE SÍ. Impresión y opinión sobre uno mismo. Facultades que uno tiene y cree tener y, grado de esfuerzo que se realiza para desarrollarlas. El poco o mucho esfuerzo realizado es indicador de inconformidad o satisfacción con la imagen de sí.

IMAGINACION. a) Actividad de la conciencia relacionada con el mecanismo de asociación. En la imaginación libre las imágenes se sueltan e imponen a la conciencia. En la dirigida van siendo ordenadas según un plan de inventiva propuesto por la conciencia. b) Función de la conciencia que trabaja con datos de memoria, a los que formaliza como imagen y los proyecta a un tiempo futuro.

IMPULSOS. Señales llegadas a conciencia desde aparatos de sentidos o de memoria, y que son traducidas por ésta a imágenes, al ser trabajadas por las vías abstractivas o asociativas. Los impulsos sufren numerosas traducciones y transformaciones, aún antes de ser formalizados como imágenes.



LUZ (REGISTRO DE LA). Experiencia que suele acompañar a procesos de transferencia o autotransferencia, en los que la energía libre (por resolución de problemas), al movilizarse, da registros cenestésicos que se traducen como aumento de claridad en el espacio de representación.



MECANISMOS DE CONCIENCIA. a) Reversibilidad; b) intencionalidad; c) temporalidad; d) atención; e) abstracción; f) asociación.

MEMORIA. Función del psiquismo reguladora de tiempos y almacenadora de registros o sensaciones provocados por estímulos externos e internos que

se codifican según el estado de la estructura. Las sensaciones almacenadas pueden ser proyectadas a un tiempo futuro. De ambas operaciones, recordar e imaginar, se tiene sensación.

MIRADAS. Actos complejos y activos, organizadores de “paisajes”, y no simples y pasivos actos de recepción de información proveniente de los sentidos externos o internos: La mirada humana está cargada de intención e interpreta las situaciones del mundo a través de símbolos, signos y alegorías portadores de una determinada significación intelectual, moral, emocional.

MOVIMIENTO HUMANISTA. Conjunto de personas que participan de las propuestas del Nuevo Humanismo. No es una institución, aun cuando dé lugar a numerosas agrupaciones y organizaciones. Establece relaciones puntuales con las agrupaciones progresistas en base a criterios de no violencia, no discriminación, reciprocidad y convergencia de la diversidad.

MUERTE. Hecho que se suele evadir por la dificultad de imaginarse y sentirse uno mismo como muerto o sin registro alguno de vida. Puede suscitar temor al dolor si se imagina la forma en que son tratados los restos mortales. En la misma forma, al suponerse que los registros sensoriales no cesan con la muerte, se genera un sistema de imágenes ilusorias que ocasionan dolor y sufrimiento (seguir viviendo en el fuego eterno del infierno, por ejemplo). También genera tensión el imaginar la pérdida de “mi” cuerpo o de “mi” yo atado al deseo de permanencia. Siempre, en estos casos encontramos a la posesión en la base del problema, igual que en los casos de sufrimiento causados a consideración de la muerte de los otros.

MUNDO. a) Medio externo: Lo situado más allá del registro dado por el tacto interno. Sus manifestaciones lumínicas, olorosas, audibles, gustables y táctiles son denominadas estímulos, que al actuar sobre los sentidos externos configuran sensaciones. b) Medio interno: Lo situado más acá del tacto externo. Sus manifestaciones calóricas, químicas, de presión, de tensión, de texturas, de posición, etcétera, son denominadas estímulos, que al actuar sobre los sentidos internos configuran sensaciones internas. También hay sensación interna de la actividad de la memoria y la imaginación.



NIVELES DE CONCIENCIA. Son las distintas formas de trabajo del circuito conciencia-sentidos-memoria-centros. Según el grado de atención, sentido crítico y sugestionabilidad, se diferencia entre el sueño (ver), el semisueño (ver) y la vigilia (ver), aunque no se descartan otros niveles superiores de conciencia, como, por ejemplo, la conciencia de sí.

NO VIOLENCIA ACTIVA. Denuncia de todas las formas de violencia que ejerce el Sistema. Táctica de lucha aplicada a situaciones puntuales en las que se verifica cualquier tipo de discriminación. Actitud, método, forma de trato y estilo de vida que resuelve los conflictos a través del diálogo, el acuerdo y la reciprocidad. Encuentra antecedentes en Mahatma Gandhi y Martin Luther King.

NUCLEO DE ENSUEÑO. Núcleo fijo de divagación, observable en los distintos niveles de conciencia, capaz de orientar todas las actividades del psiquismo en una dirección determinada. No es claramente advertido por la conciencia vígilica y racional que se pone al servicio de ese núcleo.

NUCLEO DE IDEACION. Tema alrededor del cual gira el mito central de una época. Por ejemplo, el dinero en la época actual. La conducta, las aspiraciones, y los principales temores están relacionados con ese tema. Más aún: toda una interpretación del mundo y de los hechos concecta con el núcleo.

NUEVO HUMANISMO. Humanismo que enfrenta a la discriminación, al fanatismo, a la explotación y a la violencia. Es universalista, plural y convergente. Recompone las fuerzas sociales. No opone lo personal a lo social ni lo social a lo personal. En forma creativa tiende a modificar el esquema de poder con el objetivo de transformar la estructura social actual en la que predominan las actitudes prácticas y los “valores” teóricos del antihumanismo.



OPERATIVA. Parte aplicada de la Psicología del Nuevo Humanismo referente a la superación del sufrimiento humano. En este contexto: a) Normalización de la conciencia mediante la superación del sufrimiento, al comprender la mecánica ilusoria de éste. b) Operaciones que pueden modificar, convertir o reorientar el comportamiento en esa dirección. c) Técnicas catárticas, transferenciales y autotransferenciales empleadas para ello. d) Comprensión del propio proceso de autoliberación y de las posibilidades de la ampliación y desarrollo de la conciencia. e) Comprensión de fenómenos de psicología individual y colectiva que delatan las tensiones y los climas que genera ese sufrimiento personal y social opuesto al desarrollo de la mente y de la vida.



PAISAJE DE FORMACION. Es el conjunto de grabaciones más antiguas que configuran el substrato biográfico sobre el que se forman los hábitos y rasgos básicos de personalidad... Estas grabaciones estructuradas básicas comprometen no sólo al sistema de recuerdos, sino a tonos afectivos, a una forma

característica de pensar, a una manera típica de actuar y, en definitiva, a un modo de experimentar el mundo y actuar en él.

PAISAJE HUMANO. Configuración de la realidad humana en base a la percepción del otro, de la sociedad y de los objetos producidos con significado intencional. El p.h. no es simple percepción objetiva, sino develamiento de significados e intenciones en los que el ser humano se reconoce a sí mismo.

PAISAJE INTERNO. Configuración de la realidad que corresponde con la percepción de los sentidos internos, ponderada por los datos de memoria y por la postura intencional de la conciencia, que varía según el estado de sueño, vigilia, emoción, interés, etc. Desde el punto de vista sicosocial, el estudio del p.i. de una sociedad permite comprender el sistema de tensiones básicas de ésta en una situación dada, y la configuración de imágenes articuladas como creencias y como mitos. El p.i. se experimenta en la postura de la conciencia "hacia adentro", teniendo como referencia el registro interno del límite táctil-cenestésico.

PERCEPCION. a) Simple registro del dato sensorial. b) Configuración del dato por el o los sentidos correspondientes. c) Estructuración de todo ello por la actividad de la memoria y/o de la conciencia.

PERCEPCION INTERNA. Registro, configuración y estructuración de sensaciones intracorporales efectuada por los sentidos internos, la actividad de la memoria y la de la propia conciencia.

PRINCIPIOS DE VIDA. 1) Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo. 2) Cuando fuerzas algo hacia un fin, produces lo contrario. 3) No te opongas a una gran fuerza; retrocede hasta que aquella se debilite, entonces avanza con resolución. 4) Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente. 5) Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones. 6) Si persigues el placer, te encadenas al sufrimiento; pero, en tanto no perjudiques tu salud, goza sin inhibición cuando la oportunidad se presente. 7) Si persigues un fin, te encadenas; si todo lo que haces lo realizas como un fin en sí mismo, te liberas. 8) Harás desaparecer tus conflictos cuando los entiendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos. 9) Cuando perjudicas a los demás, quedas encadenado; pero si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad. 10) Cuando tratas a los demás como quieres que te traten, te liberas. 11) No importa en que bando te hayan puesto los acontecimientos, lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando. 12) Los actos contradictorios o unitivos se acumulan en ti; si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte.

PUNTO DE VISTA ENERGETICO TRANSFERENCIAL. Los actos catárticos descargan tensiones. Los transferenciales trasladan cargas internas, integran

contenidos y amplían las posibilidades de desarrollo de la energía psíquica. Ambos se pueden dar, tanto internamente en el trabajo con las imágenes, como externamente en la acción o la conducta. Habrá acciones que permitan integrar contenidos y habrá acciones tremendamente desintegradoras.



RECONOCIMIENTO. Situación mental en la que la persona cree comprenderlo todo en un instante. Especialmente relevante para experimentar el cambio de sentido de una situación o de la vida en general.

RECUERDO. A diferencia de la evocación, actualización no intencional de sensaciones o registros almacenados en la memoria. Permiten el cotejo con las sensaciones presentes y, por tanto, el reconocimiento de los objetos y la estructuración emotivo-intelectual de las situaciones del mundo.

REGISTRO. Experiencia de la sensación producida por estímulos detectados por sentidos externos e internos, incluyendo recuerdos e imágenes.

REGISTRO DE UNIDAD INTERNA. (Ver unidad interna).

REGISTRO DE CONTRADICCIÓN INTERNA. (Ver contradicción interna)

RELAX. Técnica destinada a aflojar la musculatura externa, interna y las tensiones mentales. Estas disminuyen y permiten descansar para normalizar el estado vígilico, y para permitir entrar a trabajos catárticos y transferenciales.

REPRESENTACIÓN. Todo fenómeno de memoria que toca el campo de copresencia de la conciencia.

RESPUESTA. Acción que se expresa hacia el mundo de la sensación. Desde un punto de vista externo pueden ser o no evolutivas, de adaptación creciente. Desde un punto de vista interno, pueden ser o no de integración o desintegración creciente.

RESPUESTA DIFERIDA. Acción hacia el mundo en la que intervienen los circuitos de coordinación propios de la conciencia. Se basa en en la capacidad de canalizar la respuesta por distintos centros, postergándola frente al estímulo del momento.

RESPUESTA REFLEJA. Señal que va de sentido a centros eludiendo conciencia, ya que al efectuarse no ha intervenido ningún tipo de imagen que se haya proyectado en el espacio de representación, actuando desde ahí sobre centros.

REVERSIBILIDAD. Facultad de la conciencia para dirigirse por medio de la atención a sus fuentes de información. Su funcionamiento está directamente relacionado con los niveles de conciencia. Cuando se asciende a la vigilia aumenta su trabajo y viceversa.

ROLES. Hábitos fijos del comportamiento que se van formando por la confrontación con los distintos medios que le toca vivir a una persona. Tienen que ver con la representación externa de la imagen de uno mismo. Puede haber errores en la selección de los roles. La aplicación de un rol antiguo en un medio nuevo provoca una conducta desajustada a la situación-estímulo. Los roles se codifican según el aprendizaje por el sistema de acierto-error.



SEMISUEÑO. Nivel de conciencia en el que aumenta el trabajo de los sentidos externos, pero su información no es totalmente estructurada pues hay interferencias de ensoñaciones y sensaciones internas. Disminuye el poder sugestivo de las imágenes a la par que se manifiesta débilmente la autocrítica. Se distingue un semisueño pasivo, que ofrece un pasaje fácil al sueño y corresponde a un sistema de relajación interna, así como un semisueño activo, que ofrece un pasaje fácil a la vigilia, pudiendo ser alterado (con climas y tensiones) o calmo y atento.

SENSACION. 1) Experiencia producida por los estímulos detectados por sentidos externos o internos, incluyendo recuerdos e imágenes. 2) Atomo teórico de la percepción. 3) A lo que se reduce todo impulso, en tanto registro de dolor o placer (sensaciones corporales) y sufrimiento o felicidad (sensaciones de recuerdos o imágenes).

SENTIDOS. Aparatos o funciones del psiquismo que registran estímulos provenientes de los medios interno y externo al cuerpo, según se trate de sentidos internos o externos. Los sentidos operan simultáneamente, en dinámica y en relación estructural entre sí y con los aparatos de memoria y registros.

SENTIDO CENESTÉSICO. Los sentidos cenestésicos proporcionan datos referidos a presión, temperatura, humedad, acidez, alcalinidad, tensión, relajación, etc. Registran además el trabajo de los centros de respuesta (emociones, operaciones intelectuales, etc.) y de los niveles de conciencia, así como el trabajo de memoria y el propio de la conciencia como aparato de registro y coordinación. Sus impulsos y señales son representados en conciencia como imágenes cenestésicas, las que movilizan la respuesta de los centros hacia el intracuerpo. De esta manera, interviene en los ajustes respiratorios, cardiovasculares, de temperatura, y en general incitando al cuerpo a satisfacer sus necesidades mediante traducciones de hambre, sed y dolor.

SENTIDOS EXTERNOS. Vista, oído, gusto, tacto y olfato.

SENTIDO DE LA VIDA. Dirección a futuro que da coherencia, permite encuadrar actividades y justifica plenamente la existencia. Sin la imagen de un futuro con sentido el ser humano pierde dirección y ello es fuente de inagotable sufrimiento.

SENTIDOS INTERNOS. a) Cenestésico (ver sentido cenestésico). b) Kinestésico: proporciona datos referidos al movimiento y la postura corporal, y al equilibrio y desequilibrio físico.

SIGNO. Símbolo o alegoría que cumple con la función de codificar registros internos para hacerlos comunicables y reconocidos intersubjetiva y colectivamente. Componente nuclear de los distintos lenguajes verbales y no verbales.

SIMBOLO. Imagen de carácter fijo que surge del canal abstractivo, desposeída de caracteres secundarios, reductiva, que sintetiza o abstrae lo más esencial de todas las características presentes.

PSIQUISMO. Definido en función de la vida, el p. coordina todas las operaciones necesarias para que el ser vivo pueda adaptarse a su medio. Esta relación es inestable e implica transformaciones mutuas crecientes. En el ser humano el psiquismo se presenta como un sistema integrado e interregulado dinámicamente por sentidos, memoria, conciencia, niveles y centros de respuesta.

SUEÑO. Se caracteriza por el mínimo trabajo de los sentidos externos. Predomina el sentido cenestésico y sus impulsos son traducidos y transformados por los mecanismos asociativos produciendo imágenes oníricas de gran poder sugestivo. El tiempo psicológico y el espacio de representación se modifican respecto a la vigilia, así como la estructura acto-objeto, que aparece sin concordancia adecuada. Desaparecen los mecanismos críticos y autocríticos. Se diferencia entre el nivel de sueño profundo con imágenes y sin imágenes.

SUFRIMIENTO. Su raíz está en la mente, así como la del dolor está en el cuerpo. En la base del sufrimiento se encuentra el deseo de poseer objetos (tangibles e intangibles), situaciones o personas. Por tanto, se sufre por temor a perder lo que se tiene o por lo que se desespera de alcanzar. Junto al dolor se presenta como el motor esencial y permanente de la acción humana. Tiene su raíz más profunda en el temor a la enfermedad, la soledad, la pobreza y la muerte. Por esta razón no puede ser resuelto en términos físicos por la ciencia y la política, sino mediante una posición existencial de signo positivo frente a la vida en general.

SUPERACIÓN DE LO VIEJO POR LO NUEVO. Tendencia general del desarrollo universal. Si se toma a la vida como un proceso de complejidad creciente,

entonces puede considerarse al mismo universo como desarrollándose en una dirección irreversible (siguiendo la flecha del tiempo) en la que las estructuras simples tienden a superar su condición inicial, interactuando y agrupándose en formas nuevas cada vez más complejas.



TRANSFERENCIA. Técnica que opera en el campo de la representación interna descargando tensiones de unos contenidos y llevando sus cargas hacia a otros. Se opera desde nivel del semisueño activo orientado por un guía.

TEMPORALIDAD. En la vida humana, el pasado, el presente y el futuro, como tiempos de conciencia, actúan y se experimentan en forma distinta al tiempo natural o al cronológico. La t. es una estructura en la que coexisten los tiempos pasados y futuros, éstos últimos como proyectos necesarios a la intencionalidad transformadora. Se trata de actualizaciones de tiempos diferentes en las que la memoria (recuerdos, evocaciones) y la imaginación (expectativas, ensueños y proyectos) se entrecruzan con la percepción presente para representar la situación actual. Esta representación se da dentro de un paisaje interno en el que - según cultura, época, grupo y generación - aparecen como contenidos mentales los límites, las resistencias, las potencialidades y las posibilidades de cada individuo para evitar el dolor o el sufrimiento.

TENSIONES. 1) Físicas: Contracciones más o menos profundas de los sistemas musculares. 2) Psicológicas: Expectativas excesivas con trasfondo posesivo. Más que buscar sus causas, interesa precisar el registro de las tensiones, así como disociarlas de aquellas que son innecesarias o inapropiadas para la adaptación creciente en cada situación. La relajación de las tensiones excesivas o innecesarias se produce cuando hay desposesión psicológica o dádiva (acompañada del registro de soltar).

TONOS. Mayor o menor intensidad enérgica con la que pueden ser efectuadas las operaciones propias del nivel de trabajo de la conciencia en sus funciones de registro, estructuración y respuesta.

TRANSFERENCIA. Técnica que opera en el nivel de semisueño, con el apoyo de un guía, venciendo resistencias, y trasladando tensiones de unas imágenes a otras, facilitando su descarga, su adecuada distribución, la integración psíquica y la conversión del sentido de los contenidos internos sufrientes.



UNIDAD INTERNA. Registro del trabajo estructural de los centros de respuesta. Cuando este trabajo se experimenta en distintas direcciones, el registro es de contradicción interna. Esta produce registros de sufrimiento y aumento de la tensión psíquica.



VIGILIA. Nivel de conciencia en el que los sentidos externos aportan el mayor caudal informativo, regulando por inhibición a los sentidos internos y posibilitando que la conciencia se oriente al mundo al mundo del trabajo de compensación de estímulos. Funcionan ampliamente los mecanismos de crítica y autocrítica, de abstracción y reversibilidad. Hay un tono de vigilia activa, la que pueda ser atenta o alterada por climas y tensiones.

VIOLENCIA. Avasallamiento de la intención y la libertad humanas por medio de la fuerza física, económica, política, psicológica, racial, ideológica o religiosa que un individuo o grupo ejerce sobre otro(s). En las formas de violencia un sujeto intentará limitar o anular la intención del otro, tratándolo como si fuera un objeto. La violencia se puede definir como el intento de apropiarse por medio de la fuerza de la subjetividad del otro, es decir, de su pensar, querer, sentir y actuar. Lo que se expresa no sólo en los casos de violencia manifiesta (guerra, vandalismo, delincuencia), sino cotidianamente, en la casa, la escuela, la calle, el centro laboral, en la política nacional e internacional, cada vez que se pretende tratar al otro (individuo, familia o pueblo) como un ente sin derecho a vivir y decidir.



Yo. a) Configuración ilusoria de identidad y permanencia. b) Aquello que observa los mecanismos y operaciones que se van efectuando en la conciencia. c) Aquello que permite manejar más o menos voluntariamente la memoria, la imaginación, los sentidos, los centros de respuesta y los niveles de conciencia. Es un epifenómeno de la conciencia, porque depende de los estados internos de ésta. En el estado de conciencia alterada el yo también se altera ubicándose en la periferia del espacio de representación. En el estado ensimismado, el yo se registra muy adentro del espacio de representación, como 'clavado en la cénestecia', y muy distanciado del mundo externo.

Bibliografía

AMMANN, L.

1991 *Autoliberación*, México D. F.: Plaza y Valdés.

CASTANEDO C. (Ed).

1993 *Seis enfoques terapéuticos*, México D. F.: Editorial El manual moderno.

CASSIRER E.

1976 *Antropología filosófica*, Bogota: Fondo de Cultura Económica.

DESOILLE, R.

1973 *Lecciones sobre ensueño dirigido en psicoterapia*, Buenos Aires: Amorrortu editores.

ERGAS D.

1998 *Sentido del sinsentido*, Santiago de Chile: Virtual Ediciones.

FRANKL, V.

2001 *Psicoanálisis y existencialismo*, México D.F.: Fondo de Cultura Económica.

FUENZALIDA, F.

1995 *Tierra baldía: La Crisis del Consenso Secular y el Milenarismo en la Sociedad Post Moderna*, Lima: Australis.

GARFIEL, S. Y BERGIN A. (Eds).

1978 *Handbook of psychotherapy and behavior*, Nueva York.

GOFFMAN, E.

1968 *Asiles: etudes sur la condition sociale des malades mentaux et autres reclus*, Paris: Les Éditions de Minuit.

IONESCU, S.

2001 *Catorce enfoques de la sicopatología*, Mexico D.F.: Fondo de Cultura Económica.

KAUFMANN F.

1986 *Metodología de las ciencias sociales*, México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.

KRIZ, J.

1990 *Corrientes fundamentales en psicoterapia*, Buenos Aires: Amorrortu editores.

KUHN, T.

1960 *La Estructura de la revoluciones científicas*, México D.F.: Fondo de Cultura Económica.

MARÍAS J.

1996 *Historia de la filosofía*, Madrid: Alianza Editorial.

MARX M.H. y HILLIX W.A.

1972 *Sistemas psicológicos contemporáneos*, Buenos Aires: Editorial Paidós.

MARTORELL, J.L.

1996 *Psicoterapias, escuelas y conceptos básicos*, Madrid: Ediciones pirámide.

MAX-NEEF, M., ELIZALDE, A. y HOPENHAYN, M.

1986 *Desarrollo a escala humana, una opción para el futuro*, En: Development Dialogue. CEP/AUR; Fundación Dag Hammarsklöld, 1986, número especial.

MEAD, J. H.

1972 *Mente, persona y sociedad*, Paidós: Buenos Aires.

MONTERO, M.

La psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos,
En: Revista Latinoamericana de Psicología, Volumen 16 N° 3, Caracas.

MORRIS Ch. G. y MAISTO A.A.

2001 *Psicología*, México D.F.: Pearson Educación.

MUELLER F. L.

2002 *Historia de la psicología*, México D.F.: Fondo de Cultura Económica.

O'CONNOR, W.A. y LUBIN, B. (Eds.).

1984 *Ecological approaches to clinical and community psychology*,
Nueva York: John Wiley & Sons.

RAPPAPORT, J.

1977 *Community psychology: Values, research and action*, New York:
Holt.

RODRÍGUEZ Gerardo. En CASTANEDO C. (Ed.).

1993 *Seis enfoques psicoterapéuticos*, Sonora: Editorial El Manual Moderno.

ROLLO MAY.

1991 *La necesidad del mito*, Buenos Aires: Paidós.

RUIZ A. B.

2004 *La depresión: una enfermedad inexistente* - Copyright 2004
Instituto de Terapia Cognitiva INTECO.
(www.inteco.cl)

SANCHEZ RUIS J.J y SANCHES CANO J. J.

2005 *Las psicoterapias.*

<http://www.psicologiaonline.com/ESMUbeda/Libros/ProfSanitarios/profesionales.htm> (Consulta: Febrero de 2005).

SARTRE, J.P.

1973 *Bosquejo de una teoría de las emociones*, Madrid: Alianza Editorial.

SILO.

1989 *Experiencias guiadas*, Barcelona: Plaza y Janes Editores.

1990 *Contribuciones al pensamiento*, México D. F.: Plaza y Valdés.

1992 *Mitos Raíces Universales*, Madrid: Antares Ediciones.

1994 *Cartas a mis amigos*, Chile: Virtual Ediciones.

1996 *Humanizar la tierra*, España: Editorial Antares.

1996 *Habla Silo*, Santiago de Chile: Virtual ediciones.

2004 *Diccionario del Nuevo humanismo. En sus:* Obras completas, Vol. 2. Argentina: Plaza y Valdez.

2006 *Apuntes de psicología*, Rosario, Argentina: Ulrica Ediciones.

TOLMAN, E. C.

Purposive behavior in animals and men, Nueva York: Appleton Crofts.

VAN DOREN H.

1974 *Siloismo*, Lima: Editorial Alfa.

WORCHEL, S., SHEBILSKE, W.

1998 *Psicología. Fundamentos y Aplicaciones*, Madrid: PRENTICE may IBERIA.

Impreso en la Ciudad de Lima
abril de 2007