

Actividad disociativa de la conciencia y secuencialización de la experiencia de identidad. Una reflexión sobre el modelo del sí-mismo y el método de la terapia cognitiva posracionalista. *

Juan Balbi

En su libro, *El sí-mismo en proceso*, publicado originalmente en lengua inglesa en 1991, Vittorio Guidano, adoptando un enfoque ontológico, propone una concepción del sí-mismo como proceso sistémico complejo, que será la base teórica sobre la cual construirá la teoría y el método de su perspectiva posracionalista para la terapia cognitiva.

Son dos las fuentes de las que se nutre Guidano para concebir su representación del sí-mismo, el modelo del sí-mismo como un proceso que presenta dos aspectos, uno como sujeto y otro como objeto de conocimiento, expuesto originalmente por William James en “*The Principles of Psychology*” (1890) y el modelo epistemológico de la “biología del conocimiento” propuesto por Humberto Maturana (1978, 1986), según el cual los humanos conocemos la realidad en dos niveles de experiencia, el nivel de la vivencia, como todos los otros seres vivos, y el nivel de la explicación, que emerge a consecuencia de nuestras coordinaciones en el lenguaje.

Al respecto explica Guidano: “*Experimentar y explicar, aunque diferentes en términos de “inmediatez fijada” y “distanciamiento abstracto”, son polaridades siempre presentes en la circularidad incesante de nuestra comprensión, ya sea que abordemos lo externo o a nosotros mismos. Ahora bien, la experiencia de ser un sí-mismo es algo entrelazado con nuestra experiencia vital y nace de ella, de modo que, según Gadamer (1975), “el sí-mismo que somos no se posee: sólo podemos decir que sucede” (1994, pág. 20)*

Y concluye: “*La interdependencia entre experiencia y explicación que subyace en la autocomprensión tiene el correlato de un proceso incesante de circularidad entre la experiencia inmediata de uno mismo (el “yo” que actúa y experimenta) y el sentido de sí-mismo que emerge como resultado de autorreferirse de forma abstracta a la experiencia en curso (el “mi” que observa y evalúa) (James, 1890; Mead, 1934; Smith, 1978, 1985). El sí-mismo como sujeto (“yo”) y como objeto (“mi”) aparecen por lo tanto como dimensiones irreductibles de una dinámica de la mismidad cuya direccionalidad depende del devenir de nuestra experiencia vital. Realmente, el “yo” que actúa y experimenta está siempre un paso por delante respecto de la evaluación actual de la situación, y el “mi” que evalúa se convierte en un proceso continuo de reordenamiento y reconstrucción del propio sentido consciente del sí-mismo.*”

*Traducción del original en Italiano: Juan Balbi: “Attività dissociativa della coscienza e sequenzializzazione dell’esperienza di identità. Una riflessione sul modello del Sé e il metodo della terapia cognitiva post-racionalista.”; en: Nardi, B. e Arimatea, E. (Eds.), Ricostruire L’Esperienza, Accademia dei Cognitivi della Marca. Ancona, 2015.

Considero que en esta formulación de Guidano hay contradicciones de orden epistemológico y teórico que han dificultado el desarrollo de su pensamiento hacia el objetivo que previamente se había trazado: la construcción, desde un punto de vista ontológico, de un modelo no asociacionista del sí-mismo. Estas contradicciones también constituyen un obstáculo para una aplicación efectiva de la concepción psicopatológica y del método terapéutico creado por este autor. Esto se debe al hecho de que estas contradicciones epistemológicas y teóricas conducen a un cambio del modelo original hacia una versión que no se distingue claramente de la amplia gama disponible de modelos terapéuticos basados en el análisis de la narrativa personal. Ejemplo de esta lamentable deriva narrativista del modelo de Guidano es el siguiente párrafo, de uno de sus compiladores:

“En el plano clínico, el autoengaño alude a un proceso de hacer coherente la experiencia “aplanando” contradicciones en la identidad narrativa, entre el self protagonista y el self-narrador, con el propósito de mantener una narración emocional viable que sea un balance equilibrado entre significado interno y significado cultural que mantenga la coherencia experiencial y sentido grupal” (A. Quiñones, en V. Guidano, 2001, nota 34 pág. 157).

Una epistemología apropiada para describir la forma en que los humanos conocemos la realidad, como la propuesta por Maturana, no necesariamente resulta adecuada para describir la forma en que sucede nuestra experiencia de identidad personal. Si aquella sucede en dos tiempos, ésta sólo en uno. No se requiere explicación alguna, no es necesaria ninguna coordinación en la dinámica de las interacciones del lenguaje para que percibamos de modo inmediato la actividad de nuestra propia mente. Desde el punto de vista ontológico la experiencia de identidad personal es unitaria e inmediata. James advirtió sobre esa condición unitaria de la experiencia personal cuando propuso su representación del sí-mismo:

“Sea cual fuere la cosa en que esté pensando, me doy cuenta al propio tiempo de mí mismo, de mi existencia personal. Al mismo tiempo es el propio yo el que se da cuenta; de manera que mi yo total, manifestándose como si fuera doble, como conocido y como conocedor, como objeto y como sujeto, ha de tener dos aspectos distintos, a uno de los cuales lo denominaremos por brevedad el mí y al otro el yo. Y digo aspectos distintos y no cosas separadas porque la identidad del yo y del mí, aun en el propio acto de la distinción, es quizá la afirmación más radical establecida por el sentido común, y no habría de ser borrada por nuestra terminología. (1892, pág. 237).

La psicología científica ha elaborado en los últimos años teorías referidas al funcionamiento de nuestra mente que explican como sucede, sin ninguna intervención de la conciencia reflexiva, aquel proceso que Guidano intuyó cuando integro el concepto de

autoengaño << self deception >> en su modelo teórico del sí-mismo (Guidano 1988, 1992; Gur y Sackeim, 1979). Los investigadores han verificado la existencia de una instancia de conocimiento tácito que dispone de un sistema que opera en paralelo mediante el cual procesa representaciones inconscientes, psicológicamente activas e intrínsecamente intencionales, que tienen una fuerte impronta en determinar el contenido de la experiencia fenoménica del sujeto. Mece a las características de su sistema operativo, en la instancia inconsciente la ejecución de un determinado contenido no implica necesariamente la exclusión de otros significados alternativos, como sucede a nivel de la conciencia fenoménica, que opera de manera lineal. Estos hallazgos de la psicología científica nos permiten sostener que el sujeto puede tener sentimientos complejos y una serie de intenciones hacia otra persona, sin sentirlos a nivel fenomenológico. Y que, estos sentimientos e intenciones pueden ser contemporáneos y contradictorios, entre ellos y con aquellos que el sujeto experimenta a nivel consciente. Además, el resultado de estas investigaciones demuestra que, no obstante estas contradicciones, el operar lineal de la conciencia fenoménica nos permite experimentar un sentido de identidad unitario y continuo (Dehaene, 2014; Froufe, 1997).

Stanislas Dehaene describe así este proceso: *“Cuando decimos que somos conscientes de una determinada porción de información, queremos decir simplemente esto: la información ha entrado en un área de almacenamiento específica que la pone a disposición para el resto del cerebro. Entre los millones de representaciones mentales que surcan constantemente nuestros cerebros de manera inconsciente, se selecciona una a causa de su relevancia para nuestras metas actuales. La conciencia la deja a disposición de manera global para todos nuestros sistemas de decisión de nivel alto. Tenemos un router mental, una arquitectura evolucionada para extraer información relevante y despacharla. El psicólogo Bernard Baars la llama “espacio de trabajo global”: Un sistema interno, separado del mundo exterior, que nos permite alojar con libertad nuestras imágenes mentales privadas y esparcirlas a través del vasto conjunto de procesadores especializados de la mente.”* (Dehaene, 2014, pág. 205-206).

De acuerdo con estos nuevos conocimientos, podemos afirmar que la experiencia inmediata de sí es, en sí misma, ya experiencia de identidad personal, la conciencia personal desde este punto de vista es predominantemente tácita. También podemos afirmar que el sentido de sí mismo que el sujeto experimenta en un nivel explícito no es el resultado de una evaluación reflexiva, que ocurre en un momento posterior, no representa una reorganización de la experiencia inmediata en términos explicativos; sino que ese sentido de sí es también experiencia inmediata. La conciencia fenoménica personal funciona como un sistema constructivo central que, a través de recursos selectivos tácitos que le permiten enfocarse en algunas representaciones y procesos mentales no discrepantes, a expensas de otros desagradables, determina qué representaciones y contenidos afectivos e intencionales cristalizan a nivel fenoménico y

cuales permanecen inconscientes. El fracaso de la conciencia fenoménica en esta tarea implica la llegada a su dominio de aspectos parciales y disociados de esas representaciones, sentimientos e intenciones discrepantes, que, precisamente por ser parciales y disociados se experimentan como extraños al sí-mismo (Guidano, 1992; Balbi, 2009, 2011, 2012, 2013, 2014, 2015).

Estas consideraciones nos llevan a proponer una representación del sí-mismo como un proceso de circularidad sin fin entre dos niveles de experiencia inmediata que suceden, ambos al mismo tiempo: la experiencia inmediata de sí, predominantemente tácita, y el sentido inmediato de sí, más abstracto y explícito. En esta relación entre dos niveles de experiencia inmediata de uno mismo, los síntomas aparecen con toda su intensidad antes de cualquier actividad explicativa o reflexiva. Según esta definición del sí-mismo, la interface en la que el terapeuta interviene para llevar a cabo la reconstrucción y la autoobservación de la experiencia del paciente, es aquella que existe entre su experiencia inmediata de sí y su sentido inmediato de sí.

Bibliografía

- Balbi J.: *La mente narrativa. Verso una concezione post-razionalista dell'identità personale*. FrancoAngeli, Roma, 2009.
- Balbi J.: *Metarrappresentazione affettiva tacita e senso di identità personale. Un approccio alla comprensione delle gravi patologie psichiatriche dell'adolescenza e giovinezza*, Rivista di psichiatria. Vol.46, N 5-6, 2011.
- Balbi J.: *La dimensione emozionale umana e la psicopatologia*. In, Nardi, B. et al (Eds). *Lavorare con le emozioni. Atti del XII Convegno di Psicologia Post-razionalista e Presentazione del Progetto UE Health25 Health Promotion for Disadvantages Youth*, Accademia dei Cognitivi Della Marca. Ancona, 2012.
- Balbi J.: *Il ruolo del processo tacito dell'affettività nello sviluppo del senso di identità personale e nella psicopatologia in adolescenza*. In, Nardi, B, e Arimatea, E. (Eds.), "Lavorare con la conoscenza tacita - Atti del XIV Convegno di Psicologia e Psicopatologia Post-razionalista ed aggiornamento del Progetto UE "Health25", Accademia dei Cognitivi della Marca, Ancona, 2013.
- Balbi J.: *Prefazione all'edizione italiana*", in *Terapia cognitive post-razionalista. Conversazioni con Vittorio Guidano*, Alpes, Roma, 2014.
- Balbi J.: "Adolescence, Order through Fluctuations and Psychopathology. A Post-Rationalist Conception of Mental Disorders and Their Treatment on the Grounds of Chaos Theory"; *Chaos and Complexity Letters*, Volume 9, Number 2, Nuova Science Publishers, New York, 2015
- Dehaene S.: *Coscienza e cervello. Come i neuroni codificano il pensiero*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2014.
- Froufe M.: *El inconsciente cognitivo. La cara oculta de la mente*, Biblioteca Nueva, Madrid, 1997.
- Gadamer H.G.: *Warheit und Methode*. Mohr. Tübingen, 1960 (Ed. It. *Verità Metodo*, Bompiani, Milano, 1983).
- Guidano V.F.: *The Self in Progress*, Guildford, New York, 1991. [Ed. it.: *Il Sé nel suo Divenire*, Bollati Boringhieri, Torino, 1992]. (Ed. Es.: *El sí-mismo en proceso*, Paidós, Barcelona, 1994).

- Guidano V. F. (2001): "El modelo cognitivo posracionalista. Hacia una reconceptualización teórica y clínica" Notas y comentarios al texto de Álvaro Quiñones Bergeret, Desclée de Brouwer, Bilbao. (Ed. It. Psicoterapia cognitiva post-razionalista. Una ricognizione dalla teoria alla clinica.. FrancoAngeli, Milano, 2007.)
- Gur R.C., Sakkeim H.A.: Self-deception: A concept in in search of phenomenon. *Journal of Personality and social Psychology*, 37(2), 147-169, 1979.
- James W.: *The Principles of Psychology*, Holt, New York, 1890.
- James W.: *Psychology*, Nueva York, Holt, 1892. (Tr. spagnola: *Compendio de Psicología*, Emecé, Buenos Aires, 1947.)
- Maturana, H.: «Biology of language: the epistemology of reality», en G. A. Miller y H. Lennerberg (comps.), *Psychology and Biology of Language and Thought: Essays in Ho-nor of Eric Lennenberg*, Nueva York, Academic Press, 1978.
- Maturana, H.: «Ontology of observing: The biological foundations of self-consciousness and the pshysical domain of existence», Inedito, Universidad de Chile, Santiago, 1986.
- Mead G.H.: *Mind Self and Society*. University of Chicago Press, Chicago, 1934 (Ed. It.: *Mente Sè e Società*. Giunti Barbera, Firenze, 1972.
- Smith M.B.: Perspectives on Selfhood. *American Psychology*, 33, 1053-1063. 1978.
- Smith M.B.: The metaphorical Bases of Selfhood, In: Marsella A.J., DeVos G., Hsu F.L.K. (eds), *Culture and Self*. Tavistock, London, 1985.