

## LA EVOLUCIÓN DE LA NOCIÓN DE MENTE Y SUS EFECTOS EN EL DESARROLLO DE LA TERAPIA COGNITIVA CHILENA

**AUGUSTO ZAGMUTT CAHBAR \***

Sociedad de Terapia Cognitiva Posracionalista, Chile

**RESUMEN** Se aborda el desarrollo y evolución de las terapias cognitivas desde la perspectiva del desarrollo de la historia de las ideas acerca de la mente desde una visión más pasiva de ésta hasta la concepción motora de la mente a la cual adscriben los enfoques constructivistas. Se describe la manera en que estos desarrollos afectaron la evolución de los modelos terapéuticos en nuestro país y como contribuciones propias del trabajo científico chileno aportaron a su vez a esta evolución en términos de complejidad.

**PALABRAS CLAVE** complejidad; constructivismo; mente; psicoterapia

## THE EVOLUTION OF THE NOTION OF MIND AND ITS EFFECTS ON THE DEVELOPMENT OF CHILEAN COGNITIVE THERAPY

**ABSTRACT** This paper approaches the development and evolution of cognitive therapies from the perspective of the evolution of the history of ideas concerning the mind, from a more passive view towards a motor conception of the mind to which constructivist approaches ascribe to. The ways in which these developments have affected the evolution of Chilean therapeutic models, as well as how contributions developed within Chilean scientific work have likewise contributed to the evolution of these ideas in terms of complexity, are described.

**KEYWORDS** complexity; constructivism; mind; psychotherapy

**RECIBIDO** 3 Mayo 2009  
**ACEPTADO** 11 Mayo 2009

**CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO:**  
Zagmutt, A. (2009). La evolución de la noción de mente y sus efectos en el desarrollo de la terapia cognitiva chilena. *Psicoperspectivas*, VIII (1), 70-92. Recuperado el [día] de [mes] de [año] desde <http://www.psicoperspectivas.cl>

**\* AUTOR PARA CORRESPONDENCIA:**  
Augusto Zagmutt Cahbar. E-mail: [augustozagmutt@gmail.com](mailto:augustozagmutt@gmail.com)

A mi parecer, organizar una comprensión de la evolución, complejidad y discrepancias de los modelos terapéuticos involucra, entre otros aspectos, considerar el marco general de ideas predominantes acerca de la mente en nuestras culturas en diferentes momentos históricos. Semerari (2002) señala que una manera de entender el desarrollo de las teorías es lo que denomina “el contexto influyente” vale decir “el marco general de las ideas y de los problemas predominantes en un periodo” que dan forma a una determinada teoría.

El caso chileno puede comprenderse a la luz del primer punto que señala Semerari (2002): la evolución de las ideas predominantes acerca de la mente en nuestro país y en el mundo en las últimas décadas. Considerando lo anterior, intentaremos desarrollar una reflexión acerca del desarrollo de las terapias cognitivas y sus efectos en la psicoterapia chilena.

Esas diversas y cambiantes ideas acerca de la mente son un camino que va desde una mirada muy simplista de ella hasta niveles actualmente muy elaborados que permiten dar mejor cuenta de la complejidad de la conciencia humana en acción y de los desafíos reales que vivimos en nuestras consultas con nuestros pacientes.

Por otra parte, el ejercicio profesional nos enfrenta a discrepancias, a problemas que requieren ser resueltos lo cual es el segundo aspecto a considerar en nuestro análisis.

## **Introducción. De la teoría del déficit atencional a la conciencia intencional: La evolución en términos de complejidad.**

### **El Predominio Positivista**

La tradición epistemológica positivista (Círculo de Viena) que prevaleció hasta los inicios del siglo XX influyó en la naciente Psicología de una manera tal que impuso la noción de la mente como una entidad pasiva. Desde este enfoque la mente conoce a través de la impresión que la realidad deja sobre ella mediante sus sentidos (la experiencia) y a la capacidad de aprehender mediante la razón las reglas lógicas que constituyen la realidad.

Este enfoque objetivista era referido por Guidano como *racionalismo* y señalaba que de acuerdo a esta posición conocer es igual a corresponder a una realidad externa, objetiva e unívoca (Guidano, 1991). Una mente de esas características es solamente reactiva y nunca proactiva.

Esta preferencia por la noción de objetividad explica también la hegemonía demoledora de una psiquiatría y una psicología objetivistas atrapadas en una epistemología que no considera la subjetividad (Balbi, 2004).

Otro aspecto que influyó en la adopción de esta visión objetivista de la mente humana fueron los avances en la neurología en el siglo XIX. Los descubrimientos de la relación entre lesiones cerebrales y trastornos mentales fueron un avance importante ya que hasta ese momento predominaba la noción de que las enfermedades mentales eran consecuencia de fenómenos metafísicos tales como la intervención del demonio.

Así nace la idea de que los trastornos mentales pueden ser explicados por un déficit biológico. Tal es el caso del "*localizacionismo*" de Broca. Llamaré a esta manera de abordar los problemas mentales "*teorías del déficit*".

Estas fueron por muy largo tiempo el principal referente para comprender el sufrimiento psicológico. Hasta hoy este enfoque, el modelo médico de *enfermedad mental*, es el que predomina también en la opinión pública y en los medios de comunicación.

Esta situación, la de considerar a la mente como una entidad pasiva y a las enfermedades mentales como la consecuencia de un déficit, se mantuvo vigente en la psicología y la psiquiatría por la mayor parte del siglo XX.

La Revolución Cognitiva (Mahoney, 1991) surge como consecuencia de la convergencia de una serie de disciplinas interesadas en comprender de otra manera la mente humana.

Estas son las llamadas Ciencias Cognitivas (Varela, 1996) coalición de disciplinas que ha llevado adelante los cambios más importantes en la noción del conoci-

miento humano. Cambios que en mayor o menor medida, han afectados a gran parte de las escuelas psicológicas.

### **Consecuencias del cambio epistemológico para la psicoterapia**

Así como la manera en que la noción de mente evoluciona gradualmente, igualmente los modelos terapéuticos que surgen de estos avances no ocurren como saltos espontáneos y súbitos de una a otra manera de ver la mente.

Es interesante observar como dentro de las dos grandes vertientes que nutren la primera etapa de la terapia cognitiva, el Psicoanálisis y el Conductismo, hay una historia previa que afecta a los nuevos modelos.

En el seno del Psicoanálisis y tan tempranamente como en 1926 se habla por primera vez de Terapia Cognitiva. Su padre fue el psicoanalista Hans Lungwitz. Se sabe además de la influencia de autores como Horney, Sullivan y Adler sobre Beck y Ellis ambos originariamente psicoanalistas. Por ejemplo la noción de “tiranía de los deberías” planteada por Karen Horney es transformada después en la noción de ideas irracionales en el modelo de Albert Ellis. La misma Horney se refiere al peso de los diálogos internos negativos en la psicopatología lo cual es un tema también tomado por los cognitivistas clásicos. Otra línea dentro del psicoanálisis, el Psicoanálisis Cognitivo de Irving Bieber, (recientemente fallecido) aporta la idea de procesos y esquemas tempranos adquiridos en los vínculos primarios los cuales al ser activados generan la psicopatología. Esto evoca fuertemente el importante desarrollo del psicólogo norteamericano Jeffrey Young y su teoría de esquemas (Young, 1990).

En el conductismo también existe una tácita concepción del conocimiento implicada en la noción de Aprendizaje. ¿Qué son las leyes del aprendizaje sino una manera de hablar de conocimiento? Aprender es en sí una forma de conocimiento.

Lo importante es señalar que el conocimiento es evolutivo y cada paso es precedido por uno anterior y anticipa el que viene.

El otro aspecto que señala Semerari es lo que él llama los *problemas predominantes*. Problemas que surgen, por ejemplo, en el ejercicio de la práctica profesional concreta.

Desde este punto de vista, me parece que la evolución desde el conductismo clásico al conductismo metodológico fue consecuencia de la necesidad de encontrar una manera de explicar mejor los fenómenos que el terapeuta en acción observa en el paciente real.

La práctica clínica genera discrepancias en su ejercicio las cuales nos presionan a reformular nuestras hipótesis y teorías acerca de la mente. En 1990 Vittorio Guidano publica un artículo titulado "*La relación entre teoría y práctica en la evolución de un terapeuta cognitivo*" (Guidano, 1990). En este trabajo, él refleja cómo las discrepancias que sufrió en su práctica como terapeuta lo llevaron a evolucionar sucesivamente desde su filiación conductista original hasta la creación del enfoque posracionalista.

Hace notar que a pesar de los importantes resultados de los modelos conductual primero y cognitivo después, se siente muy limitado a la hora de explicar estos resultados.

Su revisión de los paradigmas vigentes a la época lo hace centrarse en una pregunta básica ¿Qué es la experiencia humana?

Esta pregunta refleja su interés por explicar la subjetividad humana (la cual nos diferencia del modo de existir de los demás animales) evolucionando así desde la simpleza del primer conductismo y lo insatisfactorio de sus desarrollos posteriores en términos explicativos a teorías más complejas que den cuenta de cómo opera el conocimiento humano desde el punto de vista de quien lo vive.

## Evolución del concepto de mente

### Primera etapa: procesamiento de la información

Inicialmente, la psicología cognitiva equivalía a procesamiento de la información, se daba por hecho la existencia de la representación (símbolos) y se veía a la mente como un computador (Varela, 1996).

Ese enfoque asociacionista no consideraba los aspectos contextuales y personales que afectan a un individuo. La mente vista como una caja negra era considerada como una vía pasiva de traspaso de energía entrante y saliente al sistema a través de procesos de *input* y *output*.

La mente es un mediador pasivo entre el organismo y el ambiente. La percepción depende directamente del estímulo y la memoria es un almacén de información.

### Segunda etapa: el conexionismo

La segunda revolución cognitiva, el conexionismo surge como una ampliación del paradigma asociacionista. Por una parte, toma como modelo de la mente el sistema nervioso y no el computador, y por la otra, surge la concepción de *emergencia* que se aleja del modelo lineal anterior.

En esta fase aparece el interés por los llamados *procesos mediacionales* los cuales tienen su expresión en la psicoterapia en los modelos de Terapia Cognitiva. En este enfoque el mediador entre organismo y ambiente es la percepción (Mahoney, 1991).

### Tercera etapa: el constructivismo

La tercera revolución cognitiva, el constructivismo asume los nuevos hallazgos de las ciencias cognitivas y considera a la mente humana como un sistema auto organizado, proactivo y personal en el sentido de que el conocimiento está restringido a mantener la continuidad existencial del sistema individual que conoce.

Esta es una mente motora y en su actividad es una constructora de significados.

El mediador entre organismo y ambiente es la propia actividad del organismo. El hombre no solamente opera en términos de un pasivo proceso de *input* y *output* sino que también se genera activamente su propio *input*. Es algo similar a la idea de la profecía auto cumplida.

El salto constructivista es también un salto epistemológico radical en la historia de la psicología ya que cambia radicalmente las nociones de objetividad y adaptación. La objetividad pasa a ser referida al sujeto que conoce y no a una realidad externa objetiva y univoca (Maturana, 1998; Maturana y Varela, 1995). La adaptación ya no es más vista como la acomodación del sujeto al mundo externo sino que es la manera en que la realidad es subordinada a las necesidades de la continuidad del propio sujeto dado la mencionada capacidad de generarse su propio *input* (Mahoney, 1991).

Un importante referente para el constructivismo es Hayek (1952) quien plantea que el orden sensorial en el cual vivimos no nos es dado de afuera como nos dice el sentido común sino que es consecuencia de reglas abstractas que nosotros le imponemos a la realidad y no al revés.

#### **Cuarta etapa: narrativa y hermenéutica**

En la etapa actual del desarrollo de las terapias cognitivas hay coincidencia en los autores de punta tales como Vittorio Guidano, Giampiero Arciero y Oscar Gonzalez acerca de que la mente es básicamente narrativa. Sin embargo, confluyen dos corrientes completamente diferentes en la comprensión de esta narratividad.

Una considera que el relato constituye al sujeto, como consecuencia de esto se entiende que cambiando el relato cambia la experiencia; El principal representante de esta forma de ver las cosas es Kenneth Gergen quien explícitamente niega la autonomía de la subjetividad humana colocándola como la ejecución de un rol y no como una experiencia. Para este autor, el significado no está en la mente del sujeto sino que se estructura continuamente en el proceso relacio-

nal. Un planteamiento así involucra una mente sin subjetividad, un mero mecanismo similar a un autómatas (Balbi, 2004).

El enfoque que defiende esta propuesta es el llamado Construcción Social. El Construcción Social ha influido también en los enfoques cognitivos y constructivistas tal como es el caso de Oscar Gonçalves uno de los más importantes exponentes de la Terapia Narrativa y precursor del movimiento de Constructivismo en Psicoterapia. De hecho él tuvo una muy importante participación en vincular a Mahoney con Guidano, relación que tuvo enorme trascendencia para el avance del constructivismo en esta cuarta etapa.

La otra manera de entender la condición narrativa de la mente es la propuesta de Guidano de que la experiencia humana tiene una estructura narrativa entendida ésta como procesos interpretativos de la propia vivencia los cuales se despliegan en una dimensión temporal, es en este sentido que somos seres hermenéuticos (Ricoeur, 1995).

Estamos constituidos en una Identidad Narrativa que se estructura en la relación dialéctica entre los procesos de la mismidad (*sameness*) y los procesos de la ipseidad (*selfhood*), (Arciero, 2005) siendo los primeros lo que se mantiene, lo sedimentado y los segundos lo nuevo, lo cual obliga a la reorganización. La Identidad Narrativa se expresa en una Trama Narrativa que articula la experiencia la cual es organizada y puede ser apropiada en el lenguaje (Arciero, 2005b).

De este modo también se resuelve el tema de si el sí mismo es una entidad o es un proceso. En este enfoque la identidad personal es un fenómeno emergente del lenguaje narrativo que permite momento a momento hacer distinciones de matices en la propia experiencia inmediata y su ordenamiento en una historia coherente, que mantenga la continuidad experiencial en un proceso sin fin de ordenar y reordenar la propia historia.

Por otra parte, el lenguaje temático como logro evolutivo social humano ocurre como una secuencialización cronológica, temporal y causal de la vivencia en curso. En otras palabras, sin vivencia no hay materia prima para la narración. Por lo



tanto toda narración es dependiente de la experiencia y no de los acuerdos verbales.

Así, en el caso del constructivismo social y las corrientes cognitivas que lo siguen primero está el lenguaje y después la experiencia la cual ocurre como un 'subproducto de la narración'. Si modifico el relato modifico el sentir.

Y en el caso del pos racionalismo primero ocurre la experiencia o vivencia pre reflexiva la cual es reordenada narrativamente en un sentido de coherencia personal. En este caso, cambiar el discurso no cambia la experiencia (Balbi, 2004). Integrar la experiencia no integrada implica la reconfiguración de ésta en una nueva manera de contarse la historia.

La evolución del pensamiento de Vittorio Guidano parte de un cuestionamiento al enfoque objetivista de la mente humana, como cuestionamiento epistemológico y deriva finalmente en un enfoque ontológico en el dominio de la psicología el cual consiste en elaborar una teoría que explique la experiencia de quien la vive, en primera persona.

## La evolución de las terapias cognitivas en Chile

### Primera etapa: La mente pasiva: Conductismo y conexionismo

Podemos encontrar varias etapas en el desarrollo de las terapias cognitivas en Chile. La primera etapa ocurre en los años 60 cuando el psicólogo Sergio Yulis, recién doctorado en la Universidad de Iowa, provoca una revolución de proporciones en el *establishment* chileno al introducirnos de una manera demoledoramente convincente a la recién aparecida Terapia Conductual (TC). La TC si bien metodológicamente negaba la mente, no negaba el conocimiento como centro de interés.

Pero la noción de conocimiento implícita en el conductismo dejaba afuera la subjetividad y el contexto interpersonal en el cual se desempeña el hombre y, por supuesto, dejaba fuera la emoción como modalidad de conocimiento. El conocimiento era visto como una entidad impersonal. Nuestro maestro, el men-

cionado Sergio Yulis solía comentar que algo le faltaba a nuestro enfoque y esto era una noción de hombre. Con esas palabras Yulis intentaba expresar que hacía falta una noción de conocimiento humano, diferenciado del conocimiento animal.

### **Segunda etapa: La mente personal**

La Segunda Ola en Chile fue la etapa de la Revolución Cognitiva en Psicoterapia. Para nosotros fue un renacer después de que la oscura mano de la represión del gobierno militar hizo irrespirable la vida para los conductistas, los cuales eran vistos como ideológicamente rivales del gobierno de la época y quienes veían las puertas cerradas a las fuentes formales de intercambio de conocimiento tales como las universidades.

Las nuevas ideas fueron penetrando entre nosotros desde los grupos informales privados, que se constituían al margen de las instituciones formales.

De hecho para algunos de nosotros la creación de la Sociedad Chilena de Psicología Clínica fue la manera de tener un espacio de oxígeno intelectual que nos permitiera seguir adelante en nuestro empeño por el conocimiento. Así fue como nuestra naciente Sociedad se constituyó en un bastión de las nuevas ideas en psicoterapia.

Uno de los momentos importantes para nuestra evolución fue lograr invitar a Chile al autoexiliado Sergio Yulis quien ya en su segunda visita en el año 1980 sembró las primeras nociones que daban cuenta de la transformación cognitiva que estaba incubándose en la psicoterapia al abrigo de la primera Revolución Cognitiva. Lamentablemente, Sergio falleció de forma imprevista pero dejó en nosotros un hambre de conocimiento que pronto rindió sus frutos.

Esta curiosidad intelectual nos llevó a incorporar a nuestra conversación los nombres de Beck, Ellis, Meichenbaum, Bandura, Lazarus, Mahoney y muchos otros autores quienes pasaron a ser parte de nuestro quehacer diario.

El fortalecimiento de los grupos extrainstitucionales permitió que pronto pudiéramos recibir en nuestro propio país a muchos de los más importantes autores conductuales y conductuales cognitivos de la época.

Entre otros destacados puedo mencionar a Terence Wilson, Leonidas Castro, Víctor Meyer, Alan Marlatt, Mark Reinecke, y Jeffrey Young.

En medio de esta turbulencia creativa en el seno de la SChPC se generan dos instituciones independientes. Una de ellas CECIDEP (Centro Científico de Desarrollo Psicológico) y la otra la Sociedad de Terapia Cognitiva. La primera involucrada inicialmente con los enfoques cognitivos y más adelante con los desarrollos integrativos y la segunda, inspirada inicialmente en los modelos de Beck y Ellis y más adelante interesada en modelos teóricos más complejos tales como la teoría de esquemas de Jeff Young.

En esos momentos se produce un sorprendente y riquísimo encuentro entre la Sociedad de Terapia Cognitiva de Chile y Aiglé (actualmente Fundación Aiglé) de Argentina. A mi parecer este encuentro potenció enormemente los vínculos y la reciprocidad científica y personal entre colegas chilenos y argentinos.

Este proyecto común generó la empresa de traer a Sudamérica a otros grandes de la psicoterapia tales como Guidano, Greenberg, Safran. Más adelante los vínculos de Aiglé con el mundo cognitivo chileno se amplió a otros actores importantes.

### **Tercera etapa: La mente activa**

La tercera etapa se corresponde con la tercera Revolución Cognitiva, encabezada por Mahoney. Es la fase Constructivista la cual tenía en nuestro país un estuendo caldo de cultivo ya que contábamos como parte de nuestro *background* intelectual la notable labor de los investigadores de la Universidad de Chile quienes desde los 60 estaba trabajando muy a fondo el tema de la percepción.

Los representantes más conocidos mundialmente son Maturana y Varela quienes son los padres de lo que en el ámbito internacional se conoce como la *escuela*

*epistemológica chilena*. Era un verdadero lujo de la ciencia chilena ya que teníamos en la Universidad de Chile, dos extraordinarios laboratorios dedicados a la investigación en el conocimiento: El laboratorio de Fisiología de la Escuela de Medicina y el Laboratorio de Biología del entonces Instituto Pedagógico. Fue en este último laboratorio donde Maturana y Varela desarrollaron su creativa labor fundacional para el constructivismo.

Paralelamente a estos desarrollos, evoluciona en Chile el enfoque sistémico que empalma con el constructivismo de la mano con la cibernética de segundo orden y toma como su referente epistemológico oficial a Humberto Maturana

Si bien Maturana no acepta actualmente ser definido como constructivista fue en esa calidad que participó activamente en diversas actividades con Guidano en Chile. Además, él asistió como invitado principal a casi todos los congresos de Constructivismo en Psicoterapia.

En este mismo sentido, vale la pena señalar que con motivo del Congreso de Constructivismo en Psicoterapia realizado en Buenos Aires en 1994 nuestra Sociedad de Terapia Cognitiva Posracionalista participó de una histórica reunión de los cuatro exponentes más importantes de ese enfoque que tenía el propósito de elaborar una especie de Manifiesto Fundacional del movimiento constructivista. Ellos fueron Vittorio Guidano, Humberto Maturana, Mike Mahoney y Leslie Greenberg quienes se reconocían a sí mismos como constructivistas y quienes debatieron profunda e intensamente acerca de los aspectos básicos que definían los aspectos esenciales de ese enfoque.

No es de extrañar entonces que el enfoque constructivista se haya instalado en Chile rápida y profundamente.

En la actualidad los principales herederos de la vertiente cognitivo conductual han generado modelos propios o bien son parte activa del crecimiento de los modelos a los cuales adscriben. Entre estos puedo destacar al ICPSI (Instituto Chileno de Psicoterapia Integrativa, ex CECIDEP) y su modelo Integrativo, al Grupo Cognitivo de la Universidad de Chile con su enfoque Constructivista Cognitivo, el IKASTOLA (escuela en vasco) Sergio Yulis con el enfoque Cognitivo Conduc-

tual Afectivo y a la Sociedad de Terapia Cognitiva Posracionalista, parte de la red IPRA (Instituto para el Avance de los Estudios Postacionalistas) de Italia, abocada al desarrollo del Posracionalismo.

Por su parte, el enfoque sistémico penetró profundamente en Chile de la mano del Instituto de Terapia Familiar de Santiago, inicialmente continuador del modelo de la Tavistock al cual siguieron rápidamente otras importantes instituciones tales como el Capsis (Centro de Atención en Psicoterapia Sistémica) y el Instituto Chileno de Terapia Familiar entre varios otros.

Actualmente estos modelos son parte importante de los currículos académicos de la mayoría de las universidades importantes del país.

#### **La cuarta etapa: La primacía de la emoción**

Creo que este caldo de cultivo tan nutritivo provocó de una manera casi natural la adscripción de una parte importante de los integrantes de la Sociedad de Terapia Cognitiva a lo que Mahoney llamo la Cuarta Revolución Cognitiva. Un paso más allá del constructivismo.

El aporte de la hermenéutica y la fenomenología caracterizan a esta fase que tuvo su más alta expresión en Vittorio Guidano y su enfoque pos racionalista el cual se instaló en Chile de una manera muy intensa y profunda. Es un fenómeno sorprendente, ya que es en nuestro país el lugar fuera de Italia donde este modelo se ha insertado más profundamente siendo uno de los enfoques más influyentes en la psicoterapia chilena.

Tuve el honor de iniciar mi relación personal con Vittorio Guidano a propósito de que yo le enviara un paciente chileno-italiano a Roma. Posteriormente, tuve la oportunidad de conocerlo personalmente en Buenos Aires adonde fue invitado por Aiglé.

De estos encuentros surgió posteriormente una invitación al congreso de la Sociedad de Neurología y psiquiatría del año 1990 del cual yo era Coordinador General. Un lamentable accidente sufrido por nuestro invitado nos impidió verlo

compartir con algunos grandes de la psicología mundial tales como Eysenck y otros. Ese mismo año finalmente pudimos recibirlo en Chile y a partir de ese momento nuestro país se convirtió en su segundo hogar al cual viajó regularmente hasta 1999 año en el cual fallece, justamente en medio de una más de sus múltiples giras a Chile y Argentina.

Chile se convirtió en un verdadero cuartel de operaciones de Guidano, y más adelante extendió su atención a Argentina convirtiendo así al Cono Sur en un área de influencia del posracionalismo.

Me parece que este hecho no es casual si como hemos señalado anteriormente prestamos atención a la evolución de las ideas en el mundo científico chileno. Como señalábamos más atrás, en el mundo se habla de la escuela epistemológica chilena como consecuencia del enorme aporte que significó el desarrollo en nuestro país de la Biología del Conocimiento con Humberto Maturana y Francisco Varela.

El primer contacto directo con Vittorio Guidano en Buenos Aires para el puñado de chilenos que asistimos a escucharlo nos significó literalmente una revolución personal. Fuimos de tal manera remecidos por su revolucionario punto de vista que puedo afirmar que esta experiencia afectó profundamente las vidas de varios de nosotros.

Personalmente fue algo parecido a lo que le ocurre a un paciente cuando de improviso, en medio del proceso de terapia, algo le hace ¡Clic! y ya no es posible volver atrás.

A mi parecer el enfoque de Guidano entregaba la pieza que nos faltaba para completar el puzzle. Al momento de conocerlo yo era un cognitivista evolucionando al constructivismo. Aceptaba la noción de una mente motora, de la primacía de los procesos tácitos en el conocimiento y de su auto-organización. Esto me resultaba completamente coherente con lo que me ocurría en la terapia real con los pacientes reales. Sin embargo, algo aún no calzaba bien. La pregunta pendiente era la siguiente: ¿Por qué la gente construye lo que construye y no

cualquier cosa? ¿Por qué en realidad no se puede hablar de relativismo en la mente activa? (Zagmutt, 2006; 2005).

La respuesta a esta pregunta la encontré en el posracionalismo. Lo explicaré brevemente.

Tanto el constructivismo como el posracionalismo comparten la noción de conocimiento como auto-organización el cual surge en la tercera revolución cognitiva. Esta es una posición epistemológicamente revolucionaria, pero si bien permite explicar el conocimiento como autorreferente y auto-organizado para todos los sistemas vivos, no logra explicar el conocimiento humano en su complejidad (Zagmutt, 2005; 2006).

El posracionalismo también considera fundamental la auto-organización para comprender como ocurre el conocimiento, pero además incorpora una dimensión diferente: la vivencia.

Esta es la dimensión olvidada u omitida del constructivismo. Considerar la experiencia inmediata o vivencia como una dimensión de conocimiento nos permite desarrollar una comprensión ontológica del conocimiento humano.

En el posracionalismo el conocimiento está subordinado a la vivencia, la cual constituye la dimensión de conocimiento fundamental sobre la cual se construye todo conocimiento explícito.

La calidad de la vivencia personal es dependiente de la historia de interacciones del sujeto con la figura vincular básica, madre, padre u otro. Es en el proceso vincular donde se construye un domino emotivo personal dependiente de la específica modalidad de acceso al cuidador.

Proceso en el cual el niño abstrae regularidades de sí mismo y del otro que son la base para la construcción de una imagen de sí mismo y del mundo. Ambos son procesos interdependientes de tal modo que a toda imagen de uno mismo corresponderá una imagen del mundo y recíprocamente.

La calidad de la vivencia personal construida en este proceso opera como una restricción a la construcción de la realidad y define desde sí misma los mundos posibles de construir.

### **Los dos niveles de experiencia y la primacía de la coherencia**

La noción de la experiencia humana constituida en dos niveles no reductibles el uno al otro; el nivel experiencial y el nivel de reorganización de esta experiencia inmediata en el lenguaje (Zagmutt y Silva, 1999) en un sentido de coherencia es el aporte fundamental de Guidano.

La manera en que un nivel restringe al otro de tal modo de que podamos mantener un sentido continuo de nosotros mismos en un relato coherente nos permite entender como la vivencia es el marco de referencia para cualquier construcción de conocimiento.

Esta noción de coherencia es el aspecto más importante en el modelo de conocimiento posracionalista.

Esta postura nos obliga a enfrentar al paciente de una manera completamente diferente ya que no podemos eludir tener que incorporar metodológicamente su subjetividad o experiencia en primera persona y su manera de hacer coherencia para poder comprender los procesos que lo atrapan en su aparentemente incomprensible sufrimiento.

El desafío para Guidano entonces fue tener que construir una teoría en tercera persona extraordinariamente compleja de modo de poder explicar la experiencia que ocurre en primera persona. En particular la noción de significado.

### **La noción de significado**

A pesar de que el tema del significado es un asunto crucial, tanto para el cognitivismo como para el constructivismo, en el posracionalismo es entendido de dos maneras diferentes. O bien el significado existe afuera de nosotros como una



entidad lingüística o bien el significado pertenece a las invariantes emocionales profundas que constituyen nuestra identidad personal.

En el constructivismo el significado habita en el lenguaje, en los acuerdos verbales (Balbi, 2004). En el posracionalismo el significado es primariamente pre-reflexivo, habita en la emoción (Arciero, 2005).

Esto implica que el significado es el modo *a priori* en el cual nos encontramos lanzados en el mundo momento a momento. Este significado además está reorganizado en el lenguaje de una manera que nos resulte coherente de modo que nos permita mantener nuestro sentido de continuidad histórica. El significado personal es construido de manera autorreferencial en el marco de las mencionadas restricciones a la experiencia que ocurren en los vínculos primarios que modulan las posibilidades de la vivencia.

Resumimos que el gran aporte de Guidano son las siguientes dos propuestas: Una es la de que la experiencia subjetiva, la vivencia es el aspecto central a considerar en la construcción del conocimiento. La otra es la noción de que la mantención de la coherencia es el modulador central de los procesos de la identidad personal y de la regulación emocional.

Es por eso que el trabajo terapéutico fundamental no ocurre ni en el nivel vivencial ni en el racional sino en su interface.

### **Nuevos caminos: La neurociencia y la fenomenología hermenéutica.**

Si la experiencia humana pasa a ser el centro de nuestra atención entonces tanto el diálogo con las neurociencias como con la fenomenología hermenéutica parecen ser una fuente de nuevas maneras de articular esta comprensión.

Ambas disciplinas parecen ser capaces de influir poderosamente en la formulación de una noción de mente cada vez más compleja y abarcativa de la diversidad de matices y contenidos que constituyen el conocimiento humano.

Por ejemplo, la noción de una conciencia encarnada no solamente puede apoyarse en las neurociencias sino también en fenomenólogos tales como Merleau-Ponty y su *"fenomenología de la percepción"*. Lo mismo ocurre con la noción de identidad y cambio, y la temporalidad del sí mismo al referirnos a Paul Ricoeur.

El diálogo con las neurociencias nos está permitiendo la validación de los modelos terapéuticos centrados en la complejidad y en la autonomía del sistema humano de conocimiento, además de entregarnos información dura acerca del papel del mundo social en la estructuración de los estilos de personalidad y las capacidades cognitivas y emocionales idiosincrásicas (Arciero, 2005; 2007).

Creciente evidencia de la relación entre vínculo y desarrollo cerebral o entre vínculo y regulación emocional muestran cómo la experiencia o la vida emotiva afecta el desarrollo del cerebro y por lo tanto las funciones cognitivas (Meaney, 2005).

Resultan particularmente interesantes para nosotros, psicoterapeutas, los hallazgos del Premio Nobel de medicina 2000, Eric Kandel (1998; 2006) quien relaciona las intervenciones terapéuticas con modificaciones en la expresión genética y en cambios en la estructura del sistema nervioso lo cual es un aspecto relevante para una comprensión amplia del cambio psicoterapéutico

Otros frentes de investigación arrojan interesantes resultados preliminares acerca de la estrecha relación entre diferenciación afectiva y psicopatología y cómo la baja complejidad cognitiva en un sujeto se correlaciona con niveles más altos de psicopatología.

Por otra parte, la tecnología de imágenes cerebrales permite la maravilla de estudiar el cerebro en acción y por tanto se abren más posibilidades para la investigación de la experiencia humana en primera persona.

Notables son los últimos estudios acerca de las neuronas espejo llevadas adelante por un grupo de italianos, actualmente encabezados por Gallese (2004; 2006) y Rizzolatti (Rizzolatti y Sinaglia, 2007) quienes han dado un paso gigantesco al lograr demostrar una base neurofisiológica de la empatía. Este hallazgo

tiene una enorme trascendencia para comprender este fenómeno básico en las relaciones humanas de una manera totalmente diferente a lo que la psicología creía hasta ahora.

La teoría de la mente entendía a la empatía como un fenómeno cognitivo, ahora sabemos que es un fenómeno experiencial ya que poseemos grupos neuronales capaces de resonar dentro de nosotros simultáneamente y de la misma manera como ocurre la activación en el otro con el cual sintonizamos.

Otro paso importante es el de la validación de las teorías sobre la base afectiva de la conciencia y la experiencia humana. Recientes publicaciones de investigaciones de Giampiero Arciero y colaboradores en revistas de alta categoría científica (*Biological Psychiatry, Brain Research Bulletin*) confirman la existencia de maneras diferenciales de emocionar en dos diferentes estilos de personalidad, independientes de las variables genéticas.

Esto estaría confirmando preliminarmente las tesis del posracionalismo acerca de la constitución de la identidad sobre patrones vinculares recurrentes los cuales generan un dominio emotivo personal sobre el cual se funda un significado emocional pre reflexivo que dará lugar a un estilo de personalidad específico que tiende a mantenerse por toda la vida.

Asimismo, los planteamientos pioneros de Edelman (2007), de Damásio (2006) de Le Doux y otros arrojan una nueva luz confirmatoria sobre la mente humana entendida como un sistema auto - organizado y primariamente emotivo.

En la actualidad los estudios de Allan Shore (2001a; 2001b) sobre vínculo temprano y auto-organización cerebral y cognitiva; los trabajos de Gallese (2004; 2006) sobre las bases biológicas de la empatía y la obra de Richard Davidson y seguidores en el tema de la neurociencia afectiva, entre muchos otros entregan evidencia empírica que afirman que no existe una sola manera eficaz de hacer psicoterapia. Y que en todos los casos la psicoterapia debe considerar las características propias de la vivencia en primera persona del paciente.

Como podemos conjeturar de estos últimos avances en las neurociencias las terapias centradas en los aspectos explícitos, lingüísticos o racionales de los pacientes parecen tener poco que ver con la realidad mental de los pacientes

Hace algún tiempo, un investigador chileno, Jaime Silva, formado primero en Chile como posracionalista y posteriormente discípulo de Davidson, realizó una interesante investigación en el Laboratorio de Neurociencia Afectiva de la Universidad Mayor en Temuco, Chile titulado "Regulación emocional y psicopatología: el modelo de vulnerabilidad/resiliencia". En este trabajo el autor busca integrar los programas de investigación de la neurociencia afectiva y la psicología del desarrollo en el tema de la función reflexiva con el fin de plantear cuatro estilos de vulnerabilidad/resiliencia. A partir de estos estilos propone diferentes intervenciones terapéuticas específicas. Desde intervenciones básicamente farmacológicas o psicoterapéuticas hasta intervenciones combinadas.

Finalmente, quisiera destacar que el conocimiento humano es socialmente construido. El lenguaje es un instrumento maravilloso que le ha posibilitado al hombre la creación de mundos comunes, esta capacidad nos ha permitido no solamente la supervivencia y el desarrollo sino también enfrentar el duro precio que debemos pagar por ser seres autoconscientes. Este precio es la conciencia de la muerte, el sentido de soledad epistemológica y la psicopatología temas reiteradamente referidos por Guidano en su obra y conferencias.

### **Algunas reflexiones acerca del futuro de la psicoterapia**

Al preguntarnos por el futuro de la psicoterapia podemos destacar dos aspectos que deberemos afrontar como ciencia que camina hacia una madurez.

La primera tarea pendiente para la psicología es el desarrollo de una meta-teoría unitaria y abarcativa que permita la unificación del conocimiento acumulado por cada escuela que se encuentra bajo el paraguas del cognitivism.

La tarea de generar esta meta teoría requiere una validación de los enfoques actuales en relación a su capacidad explicativa y falsabilidad. No solamente respecto a los resultados.

Me refiero a que la sola evaluación de resultados dice poco de la capacidad explicativa y unitaria de un modelo. La moda unilateral de validar los modelos terapéuticos cuantitativamente debe ser revisada ya que si bien mostrar resultados es una importante práctica de validación de nuestra efectividad ante la comunidad, esto dice poco de las múltiples preguntas sin respuesta a las cuales nos vemos enfrentados cuando hacemos psicoterapia.

Ya sabemos que todas las terapias serias funcionan y en tasas más o menos similares en las diferentes escuelas .Y además que las variables inespecíficas explican mejor los resultados que las específicas (por ejemplo la metodología usada) (Krause, 2006).

Si bien es importante evaluar resultados cuantitativamente me parece que lo es igualmente abocarnos a responder la pregunta de por qué una terapia fracasa.

Este es un aspecto metodológicamente soslayado por las investigaciones en resultados las cuales tampoco consideran los posibles efectos iatrogénicos de esas intervenciones.

Creo que en el futuro deberemos abordar esta tarea mayor que será un paso importante de la ciencia psicológica en el camino pertenecer a las grandes ligas en el mundo científico.

El otro gran desafío para el avance de la psicoterapia es la dificultad para generar enfoques en primera persona. Con algunas excepciones entre las cuales la que mejor conozco es el posracionalismo, la enorme mayoría de las escuelas psicoterapéuticas son enfoques en tercera persona. Lo que Putnam (1988) llama enfoques desde el punto de vista de Dios, en otras palabras enfoques objetivistas.

El constructivismo del futuro enfrenta la tarea de poder desarrollar una metodología terapéutica que, partiendo de un enfoque en primera persona logre intervenir en primera persona.

Vale decir, una teoría que dé cuenta de la subjetividad del paciente. En otras palabras, que considere la manera en que la persona vive lo que le ocurre en su conciencia intencional para que la pueda reconfigurar en su conciencia temática.

En las metodologías en tercera y también en segunda persona el paciente es un testigo pasivo de lo que le ocurre.

La importancia de lograr construir una metodología en primera persona es que en ésta el paciente ya no es más un testigo pasivo de lo que le ocurre sino que es un protagonista de su propia vida. Uno que al colocar el problema en su propia manera de funcionar se empodera y adquiere una libertad personal previamente restringida (Zagmutt, 2004).

Tanto la validación de los modelos psicoterapéuticos como la estructuración de una metodología en primera persona pueden encontrar un firme soporte en la fenomenología hermenéutica y en los nuevos desarrollos de las neurociencias.

El camino está abierto hacia un futuro en el cual la psicoterapia deberá desarrollar metodologías psicoterapéuticas cada vez mas personalizadas y en las cuales el protagonista principal será realmente el paciente.

## Referencias

- Arciero, G. (2005). Variation of human amygdala response during threatening stimuli as a function of 5HTTLPR genotype and personality style. *Biol. Psychiatry*, 57(12), 1517-1525
- Arciero, G. (2005). *Estudios y diálogos sobre la identidad personal*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Arciero, G. (2007). Activity in medial prefrontal cortex during cognitive evaluation of threatening stimuli as a function of personality style. *Brain Research Bulletin*, 74, 250-257.
- Balbi, J. (2004). *La mente narrativa*. Buenos Aires: Paidós.
- Damásio, A. (2006). *El error de Descartes: la emoción, la razón y el cerebro humano*. España: Crítica.
- Edelman, G. (2007). *Second nature, brain science and human knowledge*. Connecticut: University Press.

- Gallese, V. (2006). Intentional attunement: A neurophysiological perspective on social cognition and its disruption in autism. *Brain Research*, 1079(1),15-24.
- Gallese, V., Keysers, C., y Rizzolatti, G. (2004). A unifying view of the basis of social cognition. *Trends in Cognitive Sciences*, 8(9), 396 – 403.
- Guidano, V. (1990). La relación entre teoría y práctica en la evolución de un terapeuta cognitivo. *Revista de Psicoterapia*, 1(2-3), 113-119.
- Guidano, V. (1991). *The self in process*. New York: Guilford.
- Hayek, F. (1952). *The sensory order*. Chicago: University of Chicago Press.
- Kandel, E. (1998). A new intellectual framework for psychiatry. *Am. Journal Psychiatry*, 155, 457-499.
- Kandel, E. (2006). *In search of memory*. New York: W.W. Norton.
- Krause, M. (2006). Indicadores genéricos de cambio en el proceso psicoterapéutico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38, 299-325.
- Mahoney, M. (1991). *Human change processes*. New York: Basic.
- Maturana, H. (1998). *La objetividad, un argumento para obligar*. Buenos Aires: Dolmen.
- Maturana, H., y Varela, F. (1995). *De máquinas y seres vivos*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.
- Meaney, M. (2005). Maternal care as a model for experience-dependent chromatin plasticity? *Trends in Neurosciences*, 28(9), 456-463.
- Putnam, H. (1988). *Verdad, razón e historia*. España: Tecnos.
- Ricoeur, P. (1995). *Teoría de la interpretación*. México: Siglo XXI.
- Rizzolatti, G., y Sinaglia, C. (2007). *Las neuronas espejo*. España: Paidós.
- Semerari, A. (2002). *Historia, teorías y técnicas de la psicoterapia cognitiva*. España: Paidós.
- Shore, A. (2001a). The Effects of Early Relational Trauma on Right Brain Development, Affect Regulation, and Infant Mental Health. *Infant Mental Health Journal*, 22, 201-269.
- Shore, A. (2001b). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation and infant mental health. *Infant Mental Health Journal*, 22(2), 7-66.
- Varela, F. (1996). *Conocer*. Barcelona: Gedisa.
- Young, J. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Zagmutt, A. (2005). *La Terapia Cognitiva Posracionalista: Un salto integrador en el cognitivismo en Psicoterapia*. Conferencia presentada en el IV Congreso Mundial de Psicoterapia. Buenos Aires, Argentina.
- Zagmutt, A. (2006). *La evolución de la terapia cognitiva posracionalista*. Conferencia presentada en el VI Congreso Latinoamericano de Terapias Cognitivas. Buenos Aires: Argentina.
- Zagmutt, A. (2004). La Técnica de la Moviola: La metodología autoobservacional en el constructivismo posracionalista. En C. Nabuco de Abreu y H. J. Guilhardi (Eds.), *Terapia Comportamental e Cognitivo-Comportamental*. Sao Paulo: Roca.
- Zagmutt, A., y Silva, J. (1999). Conciencia y Autoconciencia: Un Enfoque Constructivista. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 53(37), 27-34.