

ENTRE LA SUBJETIVIDAD Y LA COMPLEJIDAD: PROPUESTA Y PERTINENCIA PARA UNA PSICOLOGÍA CLÍNICA DE ENFOQUE SISTÉMICO CRÍTICO

Christian Omar Bailón Fernández

Universidad Antropológica de Guadalajara, México

Resumen

Se realiza un recorrido sobre las diferentes perspectivas psicoterapéuticas en razón de su comprensión a través de los criterios de salud mental, para después, reconocer la necesidad desde la psicología clínica de construir un marco integrativo del entendimiento de la normalidad psicológica en función no únicamente de criterios estadísticos sino también de la comprensión histórica y social, así pues, tomando en cuenta la perspectiva de complejidad implicada se propone el concepto de coherencia como visión alternativa integral de salud mental, entendida esta como la capacidad organizativa externa e interna de los sistemas bajo parámetros de simetría o asimetría entre las diversas dimensiones que componen al individuo, para después, a partir de esta definición, problematizar sus significados en el ámbito de la psicología clínica y sus implicaciones posibles que derivan en la comprensión de una forma sistémica crítica de entender y abordar al sujeto en sí mismo y su contexto, desde un espacio de posibilidad reflexiva, dialógica y de praxis transformativa.

Palabras clave: psicoterapia, salud mental, histórico, coherencia, sistémico, reflexivo

Abstract

A journey through the different psychotherapeutic perspectives is done because of their understanding through mental health criteria, then, recognize the need from clinical psychology to build an integrative framework of understanding the normal psychological function not only of criteria statistical but also of historical and social reasons, therefore, taking account the perspective of complexity involved is proposed to introduce the concept of coherence as a comprehensive alternative vision to the mental health, understood as external and internal organizational capacity of the systems under symmetry or asymmetry parameters between the various dimensions that comprise the individual, then, from this definition, problematize their meanings in the field of clinical psychology and its possible implications that lead to an understanding systemic and critical approach about the subject itself and its context, from a space for reflective, dialogic and transformative praxis possibility.

Keywords: psychotherapy, mental health, historical, coherence, systemic, reflexive

Introducción

Conforme el paso del tiempo, las intrincadas relaciones en las que se encuentran colocados el significado de la salud mental y el entendimiento de los procesos psicoterapéuticos conlleva una mayor responsabilidad y tensión histórica, esta exigencia, implica cada vez más la adecuación de los saberes a un ámbito integrador y holístico, es decir, a un ámbito de complejidad, siendo así que, las definiciones de lo nuclearmente humano en tanto saberes segregados parecen hoy día inadmisibles; el hombre como un mero ser parlante, ser sentiente, un organismo, un sistema interactivo o un ente conductual se observan como perspectivas parciales, de modo que esta cosmovisión invita a una mirada más amplia cambiando también de hecho las reglas del juego inclusive respecto al “método” de construcción de conocimiento (Morín, 2005).

Esta exigencia en el estudio de la salud mental y por tanto en los procesos psicoterapéuticos no es la excepción, por ejemplo, la normalidad estadística es insuficiente hoy en día como criterio de normalidad, pues en razón de que la construcción axiológica que supone el desarrollo histórico de las sociedades y los individuos tiene exigencias valóricas mucho más puntuales, han surgido esfuerzos diversos por construir perspectivas contextuales, históricas y ecológicas que intentan desentrañar las significaciones que conlleva un desarrollo integral humanizante (Fromm, 2011; Zelman, 2011; Grof, 2008; Naranjo, 2005; Wilber, 2005; Martin-Baró, 1998; Marcuse, 1993; Bateson, 1991).

En el trazado de los horizontes históricos de la psicología destaca la comprensión del individuo aislado como unidad de estudio principal sobre lo psicológico, a partir de ello, los esfuerzos teóricos subsecuentes consideraron este marco referencial como el fundamental. Esta concentración en la unidad individual del sujeto supuso la construcción de una referencialidad amplia sobre lo constitutivo específico del individuo en detrimento de la comprensión holística sobre la interrelación contextual.

En este sentido, más tarde, la vía sistémica que propuso la observación de la realidad psicológica en la interacción, en la familia y en la lectura del contexto en vez del centramiento en el individuo como aislado, desencadenó un giro analítico que derivó en la comprensión del sujeto como producto de su entorno, cuestión que sin embargo, continuó siendo reduccionista en tanto que muchas veces supuso una disolución del sujeto al considerarlo un mero resultado de lo social, desempoderando su figura como ente activo y parcialmente autónomo copartícipe de la construcción de la realidad.

La complejidad del sujeto

Así por ello, se propone una apertura clínica que no sea encasillante o segregadora y que a cambio de esto suponga al individuo en su interdimensionalidad global, reconociendo que existe la posibilidad de establecer una comprensión no fragmentaria del hombre y su circunstancia, de modo que tal esfuerzo derive en la constitución de una visión antropológica plena en la comprensión de que el todo es más que la suma de las partes.

Entonces, en primera instancia, para esta perspectiva, se fundamenta que la conceptualización clásica de la salud mental ya sea en su versión estadística o en su versión psicodinámica se muestra insuficiente, siendo así necesaria una visión más amplia que de cualquier manera tienda puentes entre tales aportes mencionados, en función de ello, se propone el análisis de la salud mental sobre una conceptualización desde la complejidad en términos de coherencia, entendida esta como la capacidad organizativa externa e interna de los sistemas bajo parámetros de simetría o asimetría entre las diversas dimensiones que componen al individuo.

Esto significando, que un individuo con mayor coherencia interna logra una mayor simetría entre sus afectos, sus pensamientos y sus conductas, estos no están separados ni indiferenciados, se encuentran engarzados en cuanto a su significación y sentido, logrando por ende un alto reconocimiento y organización de sí mismo. En un individuo con alta coherencia interna no hay un “yo” dividido como sugiere la palabra esquizofrenia, pues el crecimiento o desarrollo psicológico significa que los individuos pueden generar construcciones integradoras desde sus cogniciones, afectos y conductas cada vez más complejas sobre la realidad interior y exterior que le significan cambios positivos en su humanidad (Romero, 1994).

Dicho esto entonces, el pobre desarrollo de esta coherencia, es decir la incoherencia supone por lo tanto una desorganización interna, una enajenación o alienación de las diversas dimensiones que

constituyen la totalidad humana, por ejemplo un estado de incoherencia entre el pensar, el sentir y la conducta elaborada, que resulta en un pobre reconocimiento por ello de las necesidades internas, como propone González (1994):

La alienación del hombre ... en cualesquiera de sus formas, expresa la incapacidad de este para seguir sus necesidades más auténticas, aquellas que conducen a su crecimiento. El hombre enajenado responde irracional y compulsivamente a necesidades que de forma despersonalizada se imponen a su individualidad y que por la propia pobreza de su personalidad, desarrollada en un medio enajenante, no puede trascender. (p. 156)

Del reconocimiento de nuestras necesidades más auténticas nace nuestra posibilidad organizativa que a su vez deviene en coherencia interna, que en clave de bienestar implica salud mental en la medida en que se manifiesta en las diversas dimensiones que componen la totalidad humana. Coherencia en este sentido supone equilibrio, pero equilibrio no definido a partir de la idea de una supuesta naturaleza humana innata, sino más bien, del reconocimiento de la propia subjetividad frente a su horizonte potencial de desarrollo, que cada individuo vislumbra a partir del conocimiento de su internalidad. Entendido así desde la teoría de los sistemas:

Todo organismo viviente es un sistema abierto, con una continua asimilación y eliminación de elementos para mantenerse en un estado de homeostasis o equilibrio (Sánchez, 2000, p. 39).

Significando ello que las metas psicoterapéuticas buscan alterar los modos en que el sistema mantiene su organización deficitaria, buscando que las intervenciones faciliten una reorganización del sistema presente para que a través de esta ocurra una significación transformadora compleja que provoque una diferencia cualitativa mayormente adaptativa en la totalidad del individuo y su contexto (Kenney, 1994).

La disfuncionalidad psicológica así, se entiende como la desorganización interna proveniente de un desconocimiento de las necesidades psicológicas interiores más auténticas y de la adopción de pautas que a partir de la introspección de sí se perciben en mayor o menor medida como ajenas a la propia subjetividad, el profesional de la salud mental en este sentido debe proporcionar el suficiente “ruido” entrópico que desestabilice tales construcciones complejas y que posibilite a partir de bifurcaciones de significado una visión y organización alternativa que signifique mayor coherencia interna para el individuo desde los parámetros de su subjetividad.

En razón de ello se sostiene la necesidad de establecer una relación simétrica y horizontal entre la persona y el profesional, de modo que este provea un espacio de cercanía que funja como dispositivo subjetivador a través del diálogo, esto corresponde con la importancia de la construcción de un ambiente óptimo para reconocer y hacer brotar los afectos, ideas y conductas negadas, reprimidas o acalladas.

El sujeto de la complejidad

De modo tal que esta atmósfera evoque un descubrimiento desde sí y para sí del individuo en un universo de autorreflexividad en donde solo es acompañado por el profesional para que a través de la interrogación en conjunto emerjan narrativas que promuevan la reorganización interna con mayor coherencia. Para ello, la intervención no podría situarse meramente en alguna dimensión específica del

individuo, sino más bien, en el análisis del individuo en relación a su totalidad que incluye por supuesto la comprensión individual en relación al propio contexto para promover una conscientización dialéctica desde la cual surjan construcciones complejas de significado plenamente transformadoras de la realidad subjetiva y objetiva del individuo.

Derivando entonces, como resultado del ideal terapéutico, que la concientización adquiere aquí también valor clave en la salud mental, pues se reconoce que en absoluto este concepto es exclusivo de esta propuesta teórica, sino que permea el lenguaje y el ámbito terapéutico desde siempre, sin embargo, cabe destacar que el concepto ha sido utilizado polisémicamente, el *insight* de la perspectiva psicoanalítica por ejemplo tiene otras directrices explicativas, comprende en su definición una teoría ajena a la problemática específica de los contextos que contempla esta terminología, por tal motivo, la concientización que aquí se propone funge como un medio para desestructurar la alienación, es decir, la incapacidad del hombre para seguir sus necesidades más auténticas de crecimiento interno actuando así con irreflexividad y compulsivamente a necesidades que se le imponen despersonalizadamente a su individualidad (González, 1994), es decir, la concientización es un tipo de desideologización que conlleva en sus raíces la búsqueda de las propias verdades internas que se elaboran con base en la propia reflexividad del individuo y la crítica activa a las imposiciones ideológicas estructurales que enajenan la escucha y creación interna de los individuos (Pakman, 2006; Sloan, 1994), de manera que la reflexividad es en sí misma aquella capacidad que engloba el ser íntegro individual que le permite su reorganización interna, adquisición de coherencia y que es aquello que se encuentra restringido precisamente en el individuo alienado:

Por medio de la reflexión se nos revela nuestra capacidad y condición de sujetos autónomos, nos empezamos a construir como sujetos éticos, descubrimos entonces, como decía Spinoza, nuestra “potencia de actuar”, nuestra libertad; ahora, aquello que somos y podemos ser depende de nosotros, de lo que queremos ser. Se abre, así, en el orden de la moral establecida lo que Foucault llama el espacio de las “prácticas de sí”: el sujeto ya no es un dato, un elemento de las relaciones establecidas, él es un “efecto”, el resultado de un proceso inmanente; ha de construirse a sí mismo y por sí mismo (Ramírez, 2006, p. 114).

Conclusiones

Lo que aquí se ha propuesto como alienación o enajenación responde al modo en que la forma de pensamiento es sustituida por construcciones complejas estereotipadas que resultan limitantes en la capacidad para el desarrollo de la subjetividad y pensamiento de los individuos que permitirían la creación de una historia personal de sentido, cultivadora de la interrogación reflexiva, la independencia intelectual y el disenso razonado orientando hacia la construcción activa de la realidad histórica, es decir, la dialogicidad (Horkheimer, 2002; Lipman & Ferrer, 1998; Freire, 1997), fundamentando así entonces, la comprensión del pensamiento como la entidad primaria para la posibilidad liberadora y transformativa:

Cuanto todo el mundo se deja llevar, irreflexivamente, por lo que todos los demás hacen y creen ... el elemento de purgación contenido en el pensamiento (la labor de la comadrona socrática, que saca a la luz las implicaciones de las opiniones no examinadas y, así, las destruye: valores, doctrinas, teorías e, incluso, convicciones), es implícitamente político. Pues esta destrucción tiene un efecto liberador sobre otra

facultad humana, el juicio, que se puede considerar, con bastante fundamento, la más política de las capacidades mentales del hombre (Arendt, 2010, p. 215).

El psicólogo en este sentido se establece como agente de concientización y desideologización, brindando un soporte de reflexión crítica sobre las condiciones, premisas y contextos que constriñen al sujeto en esa lógica enajenante de verse reflejado en ese entorno como pasivo y cosificado. El individuo así, es acompañado por el profesional para que a través de la interrogación en conjunto emerjan narrativas que promuevan la concientización sobre el enclaustramiento simbólico y práxico de la realidad del individuo a la misma vez que se promueve la imaginación como fuente liberadora hacia nuevas alternativas que se perciben desde el mismo individuo con mayor coherencia interna (Pakman, 2011, Castoriadis, 2008).

Por último, esta perspectiva resuelve que las intervenciones y el objetivo terapéutico están dirigidas a la subjetivación del individuo y su reconstitución individual orientada a partir del reconocimiento de sí mismo como sujeto en construcción, que es a la vez constructor de la realidad social en la que participa, promoviendo así la modificación práxica y por ende transformadora de su realidad circundante.

Bibliografía

- Arendt, H. (2010). *La vida del espíritu*. Argentina: Paidós.
- Bateson, G. (1991). *Pasos hacia una ecología de la mente. Una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre*. Buenos Aires: Lohlé-Lumen.
- Castoriadis, C. (2008). *El mundo fragmentado*. La Plata: Terramar.
- Freire, P. (1997). *La educación como práctica de la libertad* (45ª ed.). México: Siglo XXI.
- Fromm, E. (2011). *Del tener al ser* (19ª ed.). España: Paidós.
- González, F. (1994). Personalidad, sujeto y psicología social. En M. Montero (Coord.). *Construcción y crítica de la psicología social* (pp. 149-176). España: Antrophos.
- Grof, S. (2008). *Psicología Transpersonal* (6ª ed.). Barcelona: Kairós.
- Horkheimer, M. (2002). *Crítica de la razón instrumental*. Madrid: Trotta.
- Kenney, B. (1994). *Estética del cambio*. España: Paidós.
- Lipman, M. & Ferrer, V. (1998). *Pensamiento complejo y educación* (2ª ed.). Madrid: La Torre.
- Marcuse, H. (1993). *El hombre unidimensional* (5ª ed.). México: Planeta.
- Martín-Baró, I. (1998). *Psicología de la liberación* (n.d.). España: Trotta.
- Morin, E. (2005). *El paradigma perdido* (7ª ed.). Barcelona: Kairós.
- Naranjo, C. (2005). *Cosas que vengo diciendo*. Buenos Aires: Kier.
- Pakman, M. (2006). "Poética y Micropolítica del cambio: Diseñando conversaciones terapéuticas". *Entrevista a Marcelo Pakman*. Disponible en Línea en: <http://www.redsistemica.com.ar/pakman.htm>
- Pakman, M. (2011). *Palabras que permanecen, palabras por venir. Micropolítica y poética en psicoterapia*. Barcelona: Gedisa.
- Ramírez, M. (2006). La autocreación. Para una ética de la creación y una estética de la existencia. En Herrera, R. (Coord.). *Hacia una nueva ética*. México: Siglo XXI.
- Romero, O. (1994). Crecimiento psicológico y motivaciones sociales. En Montero, M. (Coord.). *Construcción y crítica de la psicología social*. España: Antrophos.
- Sánchez, D. (2000). *Terapia Familiar: modelos y técnicas*. México: Manual Moderno.
- Sloan, T. (1994). La personalidad como construcción ideológica. En Montero, M. (Coord.). *Construcción y crítica de la psicología social* (pp. 177-188). España: Antrophos.
- Wilber, Ken (2005). *Sexo, ecología y espiritualidad* (2ª ed.). Barcelona: Gaia.
- Zemelman, H. (2011). *Configuraciones críticas. Pensamiento epistémico sobre la realidad*. Mexico: Siglo XXI.