



DECONSTRUCCIÓN DE LA TEORÍA COGNITIVA POSTRACIONALISTA

Sergio Andrés Gómez G.
Psicólogo, U.S.B

RESUMEN

La psicología postracionalista se ha posicionado como un paradigma integrador en el margen psicoterapéutico, sin embargo, su construcción epistemológica se ha visto desdibujada al compararse con otros modelos de corte no cognitivo, es decir, teorías psicodinámicas o fenomenológicas. De esta inquietud se comienza a discutir acerca de los orígenes y perspectivas del modelo constructivista que planeta Guidano.

Introducción

Paradójicamente, la crítica más importante que se le hace al estudio de la mente subjetiva proviene de aquellos psicólogos que dilucidaron el conductismo y el más fuerte de los paradigmas cognitivos. Me refiero a aquellos psicólogos cognitivos que defendían la tesis de que la mente es un sistema informacional y computacional; quienes, a pesar de tener intenciones “redentoras”, no alcanzaron a dejar los postulados básicos del sistema conductista (Balbi, 2004). Así mismo, el modelo cognitivo propone que las alteraciones psicológicas son derivadas de distorsiones del pensamiento, lo cual influye en procesos emocionales y finalmente en el comportamiento humano (Beck, 1995).

En los años 80, cuando el doctor Vittorio Guidano comienza investigaciones en psicopatología inicia la gestación del modelo cognitivo postracionalista, éste presenta una perspectiva del desarrollo del sí mismo y una

terapia de índole emocional (Cea, 2012). Ésta alternativa se enmarca bajo el paradigma constructivista, el cual expone que el conocimiento es activo, y no se iguala a una verdad objetiva; la primacía de procesos tácitos sobre los explícitos en cuanto a la sensación y al conocimiento, (inconsciente cognitivo), donde éste es autoorganizado, y se hace un importante énfasis en los procesos de identidad (Cea, 2012).

De la misma manera, la psicología postracionalista, para darle coherencia a su marco constructivista, detalló una noción de realidad disímil a la concepción tradicional, en la que se entiende como un orden unívoco y válido para todos, en el cual está el contenido de las cosas. “La realidad se ve como un continuo fluir, multidireccional y en diversos niveles, de procesos que están en desarrollo continuo” (Ruiz, 2007). Teniendo en consideración que se generó el giro epistemológico de una concepción racionalista a una constructivista, diferentes elementos que intervienen en el proceso teórico y terapéutico hacen un cambio práctico, es el caso de la utilización de instrumentos de medición, la actitud del psicoterapeuta, la misma intervención, entre otros. (Guidano, 2001).

Del objetivismo al constructivismo

Hay una riqueza de perspectivas que rebasan las ciencias sociales y humanas y cuyo ciclo común incluye el conocimiento de realidades disidentes, que se componen de la dimensión social del hombre y están situadas históricamente, que toman oposición a las concepciones objetivistas (Neimeyer & Mahoney, 1998). Así mismo, la psicología toma esta dirección, que se destaca con mayor fuerza desde los años 80, puesto que se apropia del paradigma constructivista y construye algunas concepciones teóricas para darle orientación y coherencia a todo su trayecto epistemológico en la psicología experimental y el conductismo (Balbi, 2004; Caro, 1997, cap. I). A continuación, se expone, según Neimeyer & Mahoney (1998) el giro paradigmático que hace propiamente la psicología cognitiva:

Tabla 1. Contrastes epistemológicos seleccionados entre la postura objetivista y la postura constructivista

	Enfoque	
Supuesto	Objetivista	Constructivista

Naturaleza del conocimiento	Representación del mundo real.	Construcción de la experiencia del sujeto.
Naturaleza de la verdad	Singular, universal y en aumento.	Múltiple, contextual, Histórica, paradigmático.
Objetivo de la ciencia	Unificador; descubrir las leyes nomotéticas.	Pluralista; creación de conocimientos locales.
Concepción de hombre	Reactivo; "mapa" de los acontecimientos y relaciones reales.	Proactivo; "plan" para organizar la actividad.
Papel del lenguaje	Media la realidad social; sistema de signos.	Constituye la realidad social; sistema de diferenciaciones.

Adaptado de Neimeyer, R. A., & Mahoney, M. J. (1998).

La diferenciación que se establece entre modelos cognitivos racionalistas y postracionalistas se evidencia durante los procesos psicoterapéuticos y en la relación que se establece entre terapeuta y consultante (Caro, 1997). Estas diferencias, que en profundidad son epistemológicas, se refieren a modificaciones globales en términos terapéuticos, es decir, elementos estructurales y vitales durante la psicoterapia hacen un cambio, tal como concepto y función de la emoción, y la alianza terapéutica, entre otros. El papel que se le otorga a la emoción en la terapia cognitiva tradicional (TCT), como el caso de la terapia cognitiva de Beck, es un "fenómeno postcognitivo centrándose, exclusivamente, en controlar estados negativos afectivos como la ansiedad y la depresión" (Caro, 1997). Por otro lado, el postracionalismo se refiere a la emoción como procesos adaptativos (Greenberg, 2000) y como fuentes de conocimiento, y que se debe promover su expresión y no su control (Caro, 1997).

De igual manera, la relación que se genera entre el terapeuta y el paciente también hace un giro. La TCT concibe al terapeuta como una persona en extremo técnica, Guidano citado por Balbi (2004), critica la postura del terapeuta cognitivo diciendo que tiene un "rol privilegiado que le permite criticar <<objetivamente>> la irracionalidad de la conducta del paciente, mientras sugiere de diversos modos creencias y comportamientos más racionales". Por

otro lado, el terapeuta postracionalista se forma como un agente activo y orientador en el proceso terapéutico, en el cual cumple un rol perturbador emocional estratégicamente orientado, es decir, que ayuda al paciente a promover la atención selectiva hacia aquellos momentos de la experiencia que éste no está en circunstancias de afrontar. Se trata de una intervención planificada mediante una visión teórica en tercera persona (yo) y estratégicamente orientada a perturbar el paciente en primera persona (mi). Lo anterior, se refiere a generar en quien consulta, condiciones que le den la opción de que se active una auto-reorganización para dar coherencia interna a su historia personal manteniendo su sentido de continuidad particular.

Aportes Psicodinámicos

La psicología dinámica como derivada del psicoanálisis ha tenido intereses significativos en las relaciones vinculares tempranas, particularmente Bowlby, Fairbairn y Winnicott. De los anteriores, Bowlby es quien ha tenido mayor aceptación teórica dentro de los modelos cognitivos por su teoría del apego; sin embargo, los postulados que la Escuela Británica de Relaciones Objetales son bases para las construcciones teóricas que actualmente sostienen el postracionalismo.

Bowlby plantea que los seres humanos, inicialmente un niño, por medio de las conductas de apego (proximidad) adquiere la relación vincular con figuras como el padre o la madre, de manera que, por medio de este vínculo los niños se constituyen como un “modelo de trabajo interno” cuya función es interpretar y anticipar el comportamiento de su compañero, así como de planear y guiar el propio comportamiento en la relación. Este modelo es considerado como una representación dinámica interna desde la cual un sujeto podría generar predicciones y extrapolarlas a situaciones hipotéticas (Repetur & Quezada, 2005), es decir, que una persona hace representaciones del mundo externo según la información afectiva que recibe del vínculo que tuvo con aquellos modelos a temprana edad (Bowlby, 1988).

Adicionalmente, como indica Fairbairn, citado por Bleichmar (1997: 233): “el origen de las condiciones psicopatológicas deben buscarse en las perturbaciones de las relaciones de objeto del yo en desarrollo”, así entonces es

claro que el “yo” del que Fairbairn discute es la instancia psíquica psicoanalítica y no el proceso de identidad que menciona el postracionalismo. Basándose en dicha afirmación, se puede indicar que Guidano (1987) propone que el vínculo juega un rol diferenciador; durante los años formativos, los procesos vinculares ejercen una profunda influencia sobre el desarrollo de la identidad. Adicionalmente, Fairbairn defiende la idea de que el sujeto desde su nacimiento posee cierto nivel de unidad y organización; en otras palabras y como se ha abordado desde la postura postracionalista, la unicidad de los vínculos primarios parece ser una condición necesaria para percibir y reconocer nuestra totalidad y funciona de manera análoga a los principios de organización que subyacen una Organización de Significado Personal (OSP).

De esta manera es innegable la significativa relación que subyace entre la psicología postracionalista y las teorías psicodinámicas y psicoanalíticas. Lo anterior hace hincapié a los postulados del papel del lenguaje que expone Lacan, así como las relaciones vinculares tempranas que exponen los teóricos de las relaciones objetales y al importante rol que cumplen los procesos y las formas que toma el yo para defenderse de los contenidos inconscientes denominados mecanismos de defensa profundizados por Anna Freud, que no se alejan de lo que Guidano nombró como mecanismos de autoengaño.

Aportes Existencialistas

El papel de la experiencia del sujeto es prioridad dentro de una psicoterapia, puesto que es el sujeto quien vive los momentos, y tal como se mencionó en la tabla 1, el conocimiento lo construye éste de manera activa según sus vivencias (Maturana, 1997), de esto se consolida el concepto de autoorganización y de coherencia en la identidad personal.

El rol que tiene la experiencia y la experiencia misma ha sido un tópico de análisis e investigación de los psicólogos y filósofos existenciales tales como Husserl, Heidegger, Nietzsche, C. Rogers, entre otros. Sin embargo, es Rollo May, quien hace una propuesta de tipo existencial, en la que es necesario comprender al hombre en elementos objetivos pero en su realidad subjetiva (Arbeláez, 2004); lo anterior, refiere que el hombre actúa en dos realidades (objetiva-subjetiva) y con base en esto emerge la angustia existencial y que es equilibrada en las

vivencias y tensiones entre ambas realidades. En este fundamento teórico se ha cimentado una vertiente que propone el mal-llamado Behaviorismo Humanista o Psicología Experimental Humanista (Arbeláez, 2004). Si bien, el humanismo como psicología y el existencialismo como filosofía han aportado significativamente al Postracionalismo en términos de la concepción de experiencia subjetiva, las vivencias, entre otras cosas, aún así, la base epistemológica se enfoca en factores y elementos disímiles y que se alejan considerablemente de los conceptos humanísticos.

Por otro lado, una de las discrepancias que se encuentran en los postulados existenciales y postracionalistas se refiere a la visión de hombre; esta visión se caracteriza por ser fenomenológica y personalista, sin embargo, la diferencia radica en que la visión postracionalista establece que el hombre es un constructor de significado, pero se complementa que el sujeto siempre tiende a la psicopatología. Entiéndase psicopatología desde un modelo procesual y sistémico disidente de una nosografía psiquiátrica sino más bien una configuración patológica construida desde lo descriptivo de las experiencias que se generan en un neurótico, psicótico o normal (Guidano, 1987).

Construcciones desde la Psicología Cognitiva

La psicología cognitiva tradicional se ha fundamentado en dos metáforas que se extraen de la teoría de la comunicación y la ergonomía: “La mente es un canal de información” y “la mente se interpreta como un sistema de procesamiento de la información”. Con estos postulados se configura la concepción de la mente como un sistema representacional que recibe, elabora y transforma información (Valiña & Martín, 2000). Adicionalmente, la psicología cognitiva ha formulado un método terapéutico denominado Terapia Cognitiva, liderado por Aaron T. Beck, quien expone que el procesamiento de la información, las representaciones mentales de sí mismo y el entorno, son primordiales para la adaptación y supervivencia del ser humano; y que los trastornos psicológicos se fundamentan en errores, distorsiones o luxaciones del sistema esquemático cognitivo (Caro, 1997). Desde la psicología postracionalista, el abordaje que se trabaja en psicoterapia de esos esquemas cognitivos es de carácter subyacente a las emociones, pues en este proceso constructivista, como principal factor de intervención son los procesos

emocionales y vinculares, por lo cual, los procesos cognitivos racionales son un complemento evolutivo del esquema emocional y relacional.

Por otro lado, el cognitivismo y la terapia cognitiva aún se limitan en reconocer el Postracionalismo como una terapia ligada a la epistemología cognitiva, debido a que la metodología de trabajo gira de modo que, los procedimientos terapéuticos se construyen de manera personalista, es decir, se distingue del empirismo colaborativo y su modelo de intervención radica en generar un plan estratégico con base a la clasificación de significado del paciente.

Bibliografía

- Arbeláez, E. (2004): Psicología postracionalista. Orígenes y perspectivas. Revista de Psicología de la Universidad Pontificia Bolivariana N°4. p.p 1-23.
- Balbi, J. (2004): La mente narrativa: hacia una concepción postracionalista de la identidad personal. Editorial Paidós.
- Beck, J. S. (1995). Terapia Cognitiva. Conceptos básicos y profundización. Argentina: Gedisa S.A.
- Bowlby, J (1988): Una Base Segura: Aplicaciones Clínicas de una Teoría del Apego. Barcelona: Paidós Ediciones.
- Caro, I (1997): Manual de psicoterapias cognitivas. Buenos Aires: Ediciones Paidós.
- Cea, R. I. (2012). Revisión histórica del modelo post-racionalista. Cipra, Pág. 1-11.
- Estrada, J. C. (2009). Consideraciones identitarias para una psicología fundada en la epistemología compleja. International Journal of Psychological Research , p.p158-166.
- Freud, A (1985): El yo y los mecanismos de defensa. Barcelona: Paidós Ediciones.
- Greenberg, L (2000): Trabajar con emociones en psicoterapia. Barcelona: Ediciones Paidós
- Guidano, V.F (2001): El modelo cognitivo postracionalista: Hacia una reconceptualización teórica y clínica. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Guidano, V.F (1994): El sí mismo en proceso: Hacia una terapia cognitiva postracionalista. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Guidano, V.F (1987): Complexity of the self. New York: The Guildford Press.
- Kuhn, T (1971): La estructura de las revoluciones científicas. México D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Lacan, J (1978): Más allá del principio de realidad. Argentina: Editorial Homo Sapiens
- Mahoney, M (1997): Psicoterapias cognitivas y constructivistas: investigación y práctica. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Maturana, H. (1997): La objetividad: un argumento para obligar. Chile: Dolmen Ediciones.

- May, R. (1985): La psicología y el dilema del hombre. Buenos Aires: Cedis
- Neimeyer, R. A., & Mahoney, M. J. (1998). Constructivismo en Psicoterapia. Buenos Aires: Paidós.
- Safran, J (1994): El proceso interpersonal en la terapia cognitiva. Barcelona: Ediciones Paidós.
- Valiña, M.D & Martin, M. (2000) Psicología cognitiva. Perspectiva histórica. Métodos y metapostulados. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Young, J. E. (1990). Cognitive therapy for personality disorders: a schema - focused approach. Florida: Library of Congress.
- Zagmutt, A. (2004). La técnica de la moviola: La metodología autoobservacional en el constructivismo postracionalista. En Terapia comportamental y cognitivo-comportamental. Prácticas clínicas. Sao Paulo. (p. 459).