



**El sí-mismo  
en proceso**

Heurística  
cognitiva  
posracionalista

Vittorio E. Guidano

BIBLIOTECA DE PSIQUIATRÍA, PSICOPATOLOGÍA  
Y PSICOTERAPIA

Últimos títulos publicados:

SERIE MAYOR

60. L.P. Bradford y otros: *El laboratorio psicoterapéutico*
61. J. R. Gibb y otros: *Teoría y práctica del grupo T.*
62. K.D. Benne y otros: *Psicodinámica del grupo T. Aplicaciones psicoterapéuticas y educativas.*
65. M. Pagès: *Psicoterapia rogeriana y psicología social no directivas.*
67. M. Knobel: *Psiquiatría infantil psicodinámica.*
68. J. C. Coleman: *Psicopatología. I. Los grandes modelos teóricos.*
69. I. Kanner, H. I. Kaplan y otros: *La psiquiatría infantil. Clasificación y examen psiquiátrico, psicológico y social.*
70. E. James Anthony y otros: *El niño neurótico, sociópata y psicótico. Causas y tratamiento.*
71. L. Cytryn y R. S. Laurie: *El retardo mental. Sus causas, diagnóstico y prevención.*
72. L. Eisenberg, S. Chess y otros: *El niño perturbado.*
73. J. C. Coleman: *Psicopatología. II. La personalidad.*
76. E. Balint y J. S. Norell (comps.): *Seis minutos para el paciente.*
77. J. Zinker: *El proceso creativo en la terapia gestáltica.*
79. D. Meltzer y otros: *Exploración del autismo.*
82. G. Panbow: *Estructura familiar y psicosis.*
83. A. A. Lazarus: *Terapia conductista.*
85. R. N. Blakeney (comp.): *Manual de análisis transaccional.*
86. J. Page: *Manual de psicopatología.*
87. S. Arieti y J. Bemporad: *Psicoterapia de la depresión.*
89. T. Reca y otros: *Psicoterapia de las psicosis en la adolescencia.*
90. H. C. B. Denber: *Manual de psicofarmacología clínica.*
91. H. Sapir y otros: *Técnicas de relajación y psicoanálisis.*
92. R. Gaetner: *Terapia psicomotriz y psicosis. La danza y la música.*
93. G. Ruiz Moreno: *Estructuración de la personalidad.*
94. S. Resnik: *Persona y psicosis.*
95. M. R. Goldfried y G. C. Davison: *Técnicas terapéuticas conductistas.*
96. G. G. Wainer: *Psicoanálisis en los trastornos del aprendizaje y en el retardo mental.*
97. A. Brauner y F. Brauner: *Vivir con un niño autístico.*
98. E. Noceti y E. Sorribas: *Las histerias y el Roscharch psicoanalítico.*
99. J. Launay y otros: *El ensueño dirigido y el inconsciente.*
100. J. A. Yaría: *Abordaje psicoterapéutico de las psicosis.*
101. J. A. Solana: *El rostro y el espejo.*
102. J. Moizeszowicz: *Psicofarmacología psicodinámica.*
103. D. Certcov: *Neurosis y personalidades psicopáticas.*
104. D. H. Malan: *Psicoterapia individual y ciencia de la psicodinámica.*
105. L. Balatti de Bérard: *El encuentro psicodiagnóstico.*
106. J. Oller Daurella, L. Oller Ferrer-Vidal y M. Turner: *La epilepsia.*
107. D. Certcov: *Psicoterapia racional.*
108. M. A. Materazzi: *Drogadependencia.*
109. P. Tustin: *Estados autísticos en los niños.*
110. G. G. Wainer: *El aprender, el conocer y el retardo mental.*
111. A. Aberastury: *El psicoanálisis de niños y sus aplicaciones.*
112. S. de Shazer: *Claves para la solución de terapia breve.*
113. H. N. Massie y J. Rosenthal: *Las psicosis infantiles en los primeros cuatro años de vida.*
114. M. D. LeBow: *Obesidad infantil.*
115. M. Knobel: *Psicoterapia breve.*
117. E. Torras de Bea: *Entrevista y diagnóstico.*
119. J. Poch y otros: *La consulta en psicología clínica.*
120. L. Farré y otros: *Psicoterapia psicoanalítica focal y breve.*
125. J. Manzano y F. Palacio-Espasa: *Las terapias en psiquiatría infantil y en psicopedagogía.*
129. G. Caplan: *Aspectos preventivos en salud mental.*
130. A. J. Campo: *Teoría clínica y terapia psicoanalítica 1957-1991.*
132. G. Feixas y M.ª T. Miró: *Aproximaciones a la psicoterapia.*
133. V. F. Guidano: *El sí-mismo en proceso*

Vittorio F. Guidano

# EL SÍ-MISMO EN PROCESO

*Hacia una terapia cognitiva  
posracionalista*

  
ediciones  
**PAIDOS**  
Barcelona  
Buenos Aires  
México

Título original: *The self in process. Toward a post-rationalist cognitive therapy*  
Publicado en inglés por The Guilford Press, Nueva York

Traducción de Jorge Piatigorsky  
Revisión técnica de Beatriz Gómez y Elena Scherb

Cubierta de Víctor Viano

1.ª edición, 1994

Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del «Copyright», bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier método o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

© 1991 by The Guilford Press by arrangement with Mark Press  
© de todas las ediciones en castellano,  
Ediciones Paidós Ibérica, S.A.,  
Mariano Cubí, 92 - 08021 Barcelona  
y Editorial Paidós, SAICF,  
Defensa, 599 - Buenos Aires

ISBN: 84-7509-975-0  
Depósito legal: B-088/1994

Impreso en Hurope, S. L.,  
Recaredo, 2 - 08005 Barcelona

Impreso en España - Printed in Spain

## INDICE

Prefacio ..... 9

### Primera parte

#### PREMISAS TEORICAS

1. Los procesos de la mismidad: un enfoque ontológico ..... 15
2. La diferenciación de los límites del sí-mismo ..... 31
3. La autoorganización de las dimensiones del significado personal ..... 51
4. Los límites del sí-mismo y el desarrollo del ciclo vital ..... 94

### Segunda parte

#### PRINCIPIOS PSICOTERAPEUTICOS

5. Un marco posracionalista para la terapia cognitiva ..... 129
  6. Preparación del contexto clínico e interpersonal ..... 153
  7. Construcción del dispositivo terapéutico ..... 169
  8. Empezando el análisis evolutivo ..... 218
  9. Observaciones finales ..... 261
- Bibliografía ..... 272  
Índice analítico ..... 291

## PREFACIO

Aunque el intenso desarrollo de las ciencias cognitivas que se ha producido en las últimas dos décadas ha logrado promover modelos más articulados de la conducta humana y de los procesos de conocimiento, la naturaleza de la experiencia humana y del papel que en ella desempeñan la afectividad, el significado, etcétera, son aspectos que en gran medida se han seguido pasando por alto.

De hecho, en la perspectiva epistemológica empírica que subyace en la dominante tendencia racionalista de la psicología cognitiva, no siempre se ha preguntado sobre la naturaleza y estructura de la experiencia humana. Si consideramos que la realidad es un orden externo, unívoco, dado objetivamente, que existe con independencia de nuestra observación, inevitablemente damos por sentadas nuestras propias características como observadores. El único tipo de investigación posible ante algo "ya dado objetivamente" supone limitarse a la observación de sus diversos aspectos. Y la metodología que con mayor probabilidad resultará de esto será aquella en la que la descripción termine coincidiendo con la explicación. Por lo tanto, la descripción del mecanismo entre los estímulos ambientales y su registro sensorial equivale sustancialmente a explicar el sistema sensorial humano. Del mismo modo, describir la identidad humana como un mero conjunto organizado de cogniciones, percepciones y recuerdos correlacionados con un repertorio de sentimientos, experiencias emocionales y patrones psicofisiológicos equivale a explicar la naturaleza y estructura del sí-mismo.

Si, por otra parte, asumimos una perspectiva no empirista, lo esencial pasa a ser comprender de qué modo nuestras características como observadores están involucradas en el proceso de la observación, y esto nos lleva a un cambio radical en la formulación desarrollada hasta ahora. No se trata tanto de describir lo que sentimos o los ingredientes de la identidad individual, sino de preguntar por qué sentimos lo que sentimos o por qué es necesario un sentido unitario del sí-mismo continuo en el tiempo para poder funcionar. En otras palabras, el interrogante inevitable pasa a ser "¿qué es la experiencia humana?". Y la única respuesta posible reside en investigar los mecanismos y procesos subyacentes que causan los fenómenos a explicar (es decir, la experiencia humana).

Por lo tanto, la asunción de una perspectiva epistemológica evolucionista —o sea el estudio de la evolución del conocimiento y de los sistemas de conocimiento— necesariamente se convierte en la postura metodológica básica, dado que, al subrayar que no podemos eludir nuestro modo peculiar de ser animales, esa postura permite la reconstrucción de la inserción de lo humano en la experiencia humana. Además, si el ordenamiento de nuestro mundo es inseparable del hecho de que lo experimentemos, el desarrollo del conocimiento se despliega en una dimensión ontológica irreductible, en la que la subjetividad subtiende cualquier ordenamiento de esa dimensión objetiva de la realidad comúnmente denominada experiencia humana.

Esta interdependencia entre lo subjetivo y lo objetivo, la emoción y el conocimiento, la experiencia y la explicación, etcétera, es constitutiva de todo proceso de conocimiento humano, así como el sentirnos vivos y la explicación ininterrumpida de este hecho es constitutiva de nuestra naturaleza y está en la base de nuestra experiencia de la mismidad. Como comprender es inseparable de existir, toda comprensión es autocomprensión. La interdependencia entre experiencia y explicación que subyace en la autocomprensión se despliega en un proceso circular interminable entre la experiencia inmediata de uno mismo (el "yo" que actúa y experi-

menta) y el sentido de uno mismo que emerge como resultado de la apreciación y autorreferencia de esa experiencia (el "mí" que observa y evalúa).

Este rasgo crucial inherente a la dinámica del sí-mismo constituye el hilo conductor en torno del que giran las dos partes de este libro. En la primera parte, de naturaleza teórica, tratamos de delinear la dinámica de la interconexión experimentar/explicar en el desarrollo de la mismidad, así como el papel de la afectividad, el significado, etcétera, en el proceso global. En la segunda parte, de naturaleza más clínica, intentamos mostrar que el trabajo con la interconexión experimentar/explicar en el ámbito terapéutico puede ser una alternativa eficaz al método racionalista, de naturaleza esencialmente "persuasiva", que sigue siendo en gran medida el adoptado en la terapia cognitiva.

En conclusión, este libro intenta señalar algunos de los rasgos básicos y procesos esenciales que subyacen en la experiencia humana, con un propósito doble: en primer lugar, para presentar un modelo ontológico del conocimiento en el que se considera el conocimiento desde el punto de vista del sujeto que experimenta (es decir, un modelo del modo en que un individuo experimenta y es afectado por el autoconocimiento que ha podido procesar); en segundo lugar, queremos extraer, de una manera coherente con el modelo presentado, una metodología y una estrategia de intervención para la terapia cognitiva.

Deseo expresar mi gratitud al Centro de Terapia Cognitiva de Roma por el apoyo y la colaboración que me ha brindado, y en particular a Giampiero Arciero, quien, con el mismo nivel de compromiso que de entusiasmo, me ha respaldado a lo largo de la redacción de este libro con continuos consejos y sugerencias.

Hay muchos colegas y amigos a quienes estoy agradecido, y me sería imposible citarlos a todos. Recuerdo con particular gratitud la ayuda de John Bowlby, Walter B. Weimer, Antonio Caridi, Toto Blanco, Jeremy Safran, Mayte Miró Barra-china, Oscar F. Goncalves, Mauro Ceruti y Valeria Ugazio.

Expreso mi especial agradecimiento a Michael J. Mahoney, tanto para celebrar una década de amistad como para subrayar el modo en que esta amistad ha influido profundamente en mi desarrollo personal y científico.

También deseo expresar mi reconocimiento a todos mis alumnos, con quienes he discutido extensamente, y siempre con provecho, las principales ideas de este libro. Doy las gracias a muchas personas que han hecho estimulante el trabajo editorial y la publicación de esta obra. En particular, doy las gracias a Matthew Dallaway por ayudarme a darle su forma final en lengua inglesa. La diligencia y la competencia profesional del personal de The Guilford Press, junto con el apoyo y la amistad incondicionales de Seymour Weingarten, facilitaron considerablemente toda la operación.

V. F. G.

## Primera parte

### PREMISAS TEORICAS

*... nosotros no somos como un árbol que vive pero no siente, para el que la tierra, el sol, el aire, la lluvia y el viento no parecen ser nada que no sean, es decir, cosas amistosas o perjudiciales. Nosotros, los hombres, hemos nacido con un privilegio lamentable, el de sentirnos vivos, con la gran ilusión resultante: la de tomar como una realidad externa lo que de hecho es un sentimiento nuestro respecto de la vida, cambiante y variado, según los tiempos, nuestra situación y nuestra suerte.*

L. PIRANDELLO, *The Late Mattia Pascal* (1904/1987, pág. 159)

## 1. LOS PROCESOS DE LA MISMIIDAD: UN ENFOQUE ONTOLOGICO

### OBSERVACIONES PRELIMINARES

En su mayor parte, la psicología cognitiva sigue firmemente anclada en la tradición empirista y sus postulados básicos: (1) existe una realidad externa dada inequívocamente, que contiene objetivamente un "sentido de las cosas", y (2) esta realidad puede observarse desde afuera y asimilarse, dando como resultado una comprensión objetiva unívoca.

La perspectiva de procesamiento-de-la-información, apoyada por quienes proponen el enfoque dominante racionalista computacional, representa el desarrollo más actual basado en esos supuestos. Este enfoque sostiene que la realidad consiste en un conjunto ordenado de objetos independientes de la mente, cuyo conocimiento coincide con un conjunto paralelo de representaciones internas derivadas del procesamiento progresivo de la información externa. Definir la validez (o verdad) del conocimiento por su grado de correspondencia con la realidad externa conduce, inevitablemente, al postulado de un punto de vista externo, imparcial, que hace posible analizar el conocimiento individual con independencia del individuo que lo posee (el denominado "punto de vista del ojo de Dios"; Putnam, 1981). Este énfasis en el principio de la correspondencia implica necesariamente la primacía del ambiente, por el que la adaptación se convierte en un proceso regulado externamente, que consiste en la modelación conti-

nua de un sistema de conocimiento por las presiones ambientales.

No obstante, la convergencia interdisciplinaria que ha tenido lugar durante los últimos años ha dado como resultado algunos notables cambios epistemológicos en los conceptos de "realidad" y "observador". Estos cambios han vuelto insostenible una teoría de la validez del conocimiento que excluya la influencia del sujeto que conoce (Hayek, 1952; Gadamer, 1979; Jantsch, 1980; Maturana, 1988a; Maturana y Varela, 1987; Weimer, 1979).

Ya no se piensa que la realidad es inequívoca y fundamentalmente objetiva sino que se la ve como una red de procesos pluridimensionales entrelazados, articulados simultáneamente en múltiples niveles de interacción. Como dice Maturana (1986), el cambio radical consiste en el paso de un *universum* independiente a una *multiversa* en coevolución en la que cada *versum* es igualmente válido y único. En otras palabras, vivimos en una pluralidad de mundos y realidades personales posibles, creados por nuestras propias distinciones percibidas. Hay tantos campos de existencia como tipos de distinción construidos por el observador.

En consecuencia, al observador ya no se le puede asignar la posición privilegiada de alguien que mira desde afuera. Es más, toda observación introduce en la red de procesos entrelazados una distinción ordenadora, a través de la cual las posibles ambigüedades causadas por las interacciones múltiples y simultáneas adquieren, a los ojos del observador, un carácter inequívoco y necesario. Cualquier observación —lejos de ser "externa", y por lo tanto "objetiva"— es *autorreferencial*. Siempre se refleja a sí misma, es decir, al orden perceptivo en que se basa, más que a las cualidades intrínsecas del objeto percibido. En consecuencia, el orden y la regularidad propios de nuestro trato habitual con las cosas y con nosotros mismos no son dados de forma externa y objetiva, sino que son un producto de nuestra continua interacción con nosotros mismos y con el mundo. Entonces, la relatividad histórica de los procesos de conocimiento se basa exclusivamente en su naturaleza interactiva y constructiva, como lo ha ex-

presado con claridad el conocido aforismo de la escuela chilena: "Todo lo que se dice es dicho por un observador a otro observador, que también podría ser él mismo" (Maturana, 1978, pág. 31).

#### LA ONTOLOGIA DEL ACTO DE OBSERVAR Y LA ESTRUCTURA DE LA EXPERIENCIA HUMANA

Puesto que sólo podemos percibir la realidad en que vivimos desde dentro de nuestro orden perceptivo, la experiencia humana nace de la experiencia de vivir, que, en este sentido, representa la condición ontológica primaria ineludible:

Como seres humanos nos encontramos aquí y ahora en la experiencia de vivir, en el lenguaje o del lenguaje, en situaciones de experiencia a priori en las que todo lo que es, todo lo que sucede, es y sucede en nosotros como parte de nuestra praxis vital. En estas circunstancias, cuanto digamos sobre el modo en que sucede algo tiene lugar en la praxis de nuestro vivir como un comentario, como una reflexión, como una reformulación; en síntesis, como una explicación de la experiencia de nuestro vivir, y como tal, no reemplaza ni constituye la praxis de vida que se propone explicar. (Maturana, 1986, págs. 3-4)

Los seres humanos no pueden separarse del modo en que ven la vida, como consecuencia de la experiencia previa generada por su praxis vital, y también porque forman parte de una tradición histórica específica. Por lo tanto, toda comprensión es siempre el resultado de la interpretación: ni "subjetiva" (particular del individuo), ni "objetiva" (independiente del individuo) (Winograd y Flores, 1986). Esa interpretación es el producto emergente del proceso de regulación mutua que alterna continuamente entre *experimentar* y *explicar*, a través del cual los patrones de la actividad en curso (experiencia inmediata) quedan sometidos a distinciones y referencias, que generan un reordenamiento (explicación) capaz de cambiar la experiencia misma de los patrones. Como subraya Maturana (1986), en el nivel de la experiencia inme-

diata es imposible distinguir la percepción de la ilusión. Por ejemplo, la sensación perturbadora de haber visto fugazmente un fantasma es, para el sujeto que la experimenta, una experiencia irrefutable; sólo pasando al nivel metaexperiencial de la coordinación intersubjetiva de los pensamientos y acciones a través del lenguaje puede el individuo explicar esa experiencia en términos de —digamos— un efecto luminoso, logrando de este modo transformarla y asimilarla a la continuidad percibida de su praxis vital. En otras palabras, la comprensión es inseparable de la experiencia humana, y en consecuencia existir significa literalmente conocer. De modo que, más que representar una realidad “dada” según una lógica de correspondencia externa, el conocer es la construcción y reconstrucción continuas de una realidad capaz de dar coherencia al curso de la experiencia del individuo ordenador (Arciero, 1989; Arciero y Mahoney, 1989; Mahoney, Miller y Arciero, en prensa; Winograd y Flores, 1986; Varela, 1987).

Aunque ambos procesos pertenecen a la praxis vital, la experiencia y la explicación son apreciadas de modo diferente por cada persona; el explicar, imponer distinciones conscientes, es autorreferido a la propia actividad interna, mientras que el experimentar, tan entrelazado con nuestro ordenamiento del mundo, es normalmente “extrarreferido” a una realidad externa única, común para todos.

Consideremos, por ejemplo, un grupo de personas que asiste a un concierto. Las experiencias de los diversos individuos variarán en concordancia con sus intereses, antecedentes, estado actual, etcétera. Algunas de las cosas que experimenten corresponderán a la imagen de la sala y de los miembros de la orquesta, a los sonidos y la belleza de la música, y a la atmósfera global del lugar. Las experiencias que cada persona tenga de los colores, los sonidos, la belleza y la atmósfera en términos fenomenológicos se le aparecerán como ocurriendo fuera de ella, es decir, en los términos de un realismo ingenuo. Pero todo lo que acabamos de mencionar sólo se produce en el seno de las experiencias conscientes producidas por los sistemas nerviosos de las personas que se encuentran en la sala... En otras palabras, la realidad humana del concierto es una construcción del cerebro. Es creada y experimentada por el cerebro... nues-

tro sistema nervioso es responsable de la construcción de la realidad del ambiente humano. (Ritter, 1979, págs. 203-204)

Por lo tanto, la comprensión que se despliega a cada momento es un proceso circular, en el que una percepción inmediata y tácita de uno mismo y del mundo (experiencia a priori de primer orden) es reordenada y estructurada mediante aptitudes lingüísticas explícitas, en términos de proposiciones distribuidas dentro de redes conceptuales. Este reordenamiento posibilita nuevas dimensiones de experiencia, como “verdadero-falso”, “subjetivo-objetivo”, etcétera (experiencias a posteriori de segundo orden).

En todos los seres vivos, el sistema afectivo-emocional se corresponde con una percepción del mundo inmediata e irrefutable. Por lo tanto, desde un punto de vista ontológico, no es posible equivocarse sobre los sentimientos, dado que a través de ellos podemos experimentar directamente nuestro modo de ser, de manera que siempre somos como sentimos que somos (Olafson, 1988, pág. 109). Los errores sólo pueden advertirse a posteriori, y dependen del punto de vista que asumamos como observadores en el reordenamiento de nuestra experiencia. Por lo tanto, todo reordenamiento racional-cognitivo (explicación) consiste en actuar con la coherencia de reglas semántico-lógicas basadas en premisas tácitamente proporcionadas por la experiencia inmediata y aceptadas a priori. Todo sistema racional tiene una base emocional, y esto explica por qué no se puede convencer a nadie con un argumento lógico si no ha aceptado antes su premisa a priori (Maturana, 1988b).

La reestructuración consciente-explicita hace accesibles nuevos niveles de abstracción, transformando la modulación continua de los estados internos en patrones de autocomprensión, que modifican la experiencia inmediata en curso y facilitan su posterior articulación. Entonces, mientras que la experiencia aparecería como una condición necesaria de toda explicación, también la explicación es crucial para dar congruencia y significado a los hechos de la vida. Como observó Dostoievski hace más de un siglo en *Memorias del subsuelo*,

nadie puede dejar de explicarse a sí mismo lo que le está sucediendo, y si un día no pudiera explicarse algo a sí mismo, diría que se ha vuelto loco, lo que representa la última explicación posible.

Por lo tanto, 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 (1976), "el sí-mismo que somos no se posee: sólo podemos decir que sucede" (pág. 55).

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 "mí" que observa y evalúa) (James, 1890; Mead, 1934; Smith, 1978, 1985). El sí-mismo como sujeto ("yo") y como objeto ("mí") 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 "mí" que evalúa se convierte en un proceso continuo de reordenamiento y reconstrucción del propio sentido consciente del sí-mismo.

A continuación delinearemos brevemente el marco teórico que puede desarrollarse a partir de la perspectiva ontológica que acabamos de presentar.

#### UN ENFOQUE EVOLUCIONISTA DE LOS PROCESOS DE LA MISMIIDAD

El cambio epistemológico de la relación observador-observado, que realza desde el principio la interdependencia entre

conocimiento y orden, ha llevado al primer plano a una nueva rama de la epistemología: la epistemología evolucionista (véase Campbell, 1974). Este es un enfoque que utiliza y relaciona datos procedentes de la ciencia cognitiva, biológica y evolucionista, para rastrear los patrones y procesos subyacentes a la interdependencia entre el conocimiento en evolución y los sistemas de conocimiento, de modo que esta metodología también es caracterizada como una epistemología "natural" (Maturana, 1978) o "experimental" (Ceruti, 1989, Radnitzky y Bartley, 1987). En efecto, la aplicación de una perspectiva evolucionista para comprender la naturaleza del conocimiento y el modo en que se adquiere revela que el conocimiento mismo ha evolucionado junto con otros aspectos de la vida, y ahora es reconocido como un campo específico de las ciencias naturales (Lorentz, 1973; Piaget, 1971; Popper, 1972, 1975, 1982; Popper y Eccles, 1977). Con toda justicia, por lo tanto, Weimer (1982) ha afirmado que se puede considerar que la epistemología es una de las ciencias psicológicas, y en particular que la epistemología evolucionista debería ser la base de cualquier metodología congruente de la psicología cognitiva.

El hecho de que todo conocimiento refleja los imperativos autorreferenciales específicos, a través de los cuales un sistema viviente estructura su propia realidad, nos permite plantear el problema de la aparición de la mismidad en términos biológicos, así como en términos de los procesos psicológicos, desplazando definitivamente todas las implicaciones "metafísicas" o "intuicionistas" que durante mucho tiempo han impedido su estudio. Realmente, si el conocimiento se distribuye a lo largo de una progresión que va desde la primitiva conducta exploradora rudimentaria hasta la autoconciencia humana, la evolución aparece como una estrategia regulatoria esencial que apunta a lograr la estabilidad en un medio siempre cambiante, a través de la adquisición de niveles más complejos de funcionamiento autorreferencial autónomo.

La mismidad es una consecuencia necesaria de sistemas estructu-

ralmente complejos, que satisfacen ciertas condiciones impuestas. El que conozcamos sí-mismos encarnados por primates superiores se debe, en efecto, a factores locales de esta región del universo; los sí-mismos podrían encarnarse de un modo totalmente distinto. (Weimer, 1982, pág. 352)

El punto crucial para comprender la dinámica de la mismidad "en esta región del universo" reside en la noción de *autoorganización*, según la cual los sistemas vivos, como resultado de una imposición evolutiva básica, se organizan y actúan para preservar su identidad/integridad como sistema (Atlan, 1979, 1981, 1984; Jantsch, 1980; Nicolis y Prigogine, 1977; Maturana y Varela, 1980; Varela, 1979).

Sencillamente, el devenir temporal de cualquier sistema de conocimiento individual debe considerarse como el despliegue de un proceso autoorganizador que, a través del desarrollo progresivo de aptitudes cognitivas superiores, construye con el tiempo un sentido de su propia identidad dotado de rasgos únicos intrínsecos y continuidad histórica; el mantenimiento de este sentido pasa a ser tan importante como la vida misma. La interdependencia entre la mismidad y los procesos de conocimiento permite que la generación y asimilación de información sea regulada por las pautas de autoidentidad estructuradas hasta el momento, y esto permite a su vez el ordenamiento continuo de la experiencia a lo largo de una dimensión unitaria y coherente.

Por otro lado, la autoorganización, en términos de coherencia interna, implica que todas las posibles presiones inductoras de cambio que emergen como consecuencia de la asimilación continua de la experiencia estén subordinadas al mantenimiento del "orden experiencial" (significado personal) sobre el que reposan la congruencia y la continuidad percibidas del propio sí-mismo. Entonces, un sistema que se autoorganiza puede alcanzar un equilibrio de interacción en una realidad siempre cambiante, en la medida en que las presiones ambientales activen cambios viables en su orden experiencial, que faciliten la aparición de niveles más integrados de autoidentidad y autoconciencia.

Por lo tanto, la adaptación es la aptitud para transformar la perturbación que nace de la interacción con el mundo en información significativa para el propio orden experiencial. La conservación de una adecuación adaptativa significa esencialmente la preservación del propio sentido del sí-mismo mediante la transformación continua del mundo percibido, y no por una mera correspondencia con él. Esto explica por qué en la epistemología evolucionista reciente, la noción de la *viabilidad* de los procesos de conocimiento se ha vuelto mucho más importante que la de su *validez* (véase Zeleny, 1981).

Finalmente, el desarrollo de un sistema humano a lo largo del ciclo vital está regulado por una progresión ortogenética (Brent, 1978, 1984; Prigogine, 1976; Werner, 1948, 1957); es decir que los cambios en la asimilación de la experiencia producidos por la reorganización sistémica de las pautas de coherencia interna, finalmente, desembocan en la aparición discontinua de niveles más inclusivos de conocimiento de sí mismo y del mundo. El desarrollo de esta progresión se parece en muchos aspectos al patrón de "equilibrios interrumpidos" propuesta por los enfoques evolucionistas pluralistas posdarwinistas (véase Gould, 1980). En realidad, el desarrollo vital no refleja una curva suave de adquisición acumulativa de conocimiento sino una curva discontinua en la que los períodos de relativa estabilidad estructural son "interrumpidos" por episodios de cataclismo de todo el sistema; en esos episodios aparecen importantes reorganizaciones (revoluciones personales), que se convierten en las siguientes "bases de operaciones tácitas" de la viabilidad (Mahoney, 1991).

Ahora delinearemos brevemente los aspectos esenciales que subyacen en la autoorganización humana del conocimiento, es decir, el "medio" en el que la mismidad toma forma, y la dimensión existencial en la que se despliega.

### *La intersubjetividad y la autoindividuación*

En todos los primates se ha superpuesto al ambiente meramente físico un mundo social sumamente complejo, que

genera una realidad intersubjetiva en la que el conocimiento de sí mismo y del mundo siempre está en relación con los otros. Así es como la mayor viabilidad de la experiencia ordenadora, mediante la sincronización y coordinación mutua de las acciones, va acompañada de un incremento del aprendizaje intersubjetivo (imitación, modelado, etcétera) y de un aumento de la capacidad para la autoindividuación. Estas aptitudes se volvieron cada vez más indispensables, a medida que la adaptación se fue transformando en un problema social (Buss, 1987, 1988; Kummer, 1979; Passingham, 1982).

La capacidad para distinguir entre individuos es innata en la organización de los primates, como lo demuestra claramente el papel central del rostro en su sistema emocional. La elaboración progresiva de los mecanismos neocorticales, que subyacen en la evolución de la cognición de los primates, no depende del reemplazo de la conducta innata por la conducta aprendida sino de la selección y control de la conducta innata por la información almacenada conceptualmente (Reynolds, 1981). Por lo tanto, el reconocimiento facial es un rasgo del procesamiento neocortical, cuya progresión evolutiva va acompañada por la aparición de dimensiones intersubjetivas más complejas (por ejemplo, relaciones madre-hijo más estrechas, competencia y lazos sociales), que requieren una capacidad cada vez mayor para sintonizar con las conductas y las intenciones de los otros, a fin de alcanzar una adaptación adecuada (por ejemplo, la obtención de apegos seguros, un rango social adecuado).

De modo que el reconocimiento facial debe considerarse como una forma de ordenamiento autorreferencial de la experiencia intersubjetiva, que facilita la autoindividuación. Por un lado, la capacidad para distinguir entre varios individuos permite prever la percepción que ellos tendrán de las propias acciones, lo que mejora la sincronía y la reciprocidad interaccionales. Por otra parte, la simulación del modo en que los otros considerarán las propias acciones entrena la capacidad para verse desde la perspectiva percibida por los otros. Esto aumenta las posibilidades de autoindividuarse y experimentar los propios límites.

De modo que, en la coevolución de la intersubjetividad y la individuación, que son los rasgos distintivos de la organización de los primates, la capacidad de diferenciar entre el sí-mismo y los otros aparece como la condición esencial para estructurar un autorreconocimiento estable. Los estudios sobre los procesos de autorreconocimiento, realizados utilizando técnicas de imagen reflejada, han demostrado que la exposición previa a la interacción con otros es el requisito fundamental para que los grandes monos, frente a un espejo, puedan relacionar con ellos mismos la imagen reflejada, logrando de este modo una autoindividuación rudimentaria estable (Gallup, 1970, 1977; Gallup, McClure, Hill y Bundy, 1971; Gallup y Suarez, 1986). Por lo tanto, en el curso de la progresión evolutiva de los primates, el reconocimiento facial y la imitación son los primeros pasos del mecanismo de la imagen reflejada que, junto con la aparición del lenguaje, originan los niveles más estructurados e integrados del autorreconocimiento, característicos de la autoconciencia humana. Una de las primeras manifestaciones claras del autorreconocimiento en chimpancés se observó en una situación experimental que requería simultáneamente una imagen reflejada (capacidad para la autorreferencia) y un lenguaje (capacidad para hacer distinciones en la experiencia inmediata) (Gardner y Gardner, 1971). Al principio, los investigadores enseñaron a su joven chimpancé hembra, Washoe, un lenguaje de signos similar al idioma manual utilizado para la comunicación por los sordomudos; ese lenguaje contenía algunas palabras, incluso el nombre Washoe. Posteriormente, la chimpancé fue colocada frente a un espejo, y a la pregunta: "¿Quién es?", Washoe contestó: "Es Washoe". Con ello demostró su capacidad para distinguir la imagen reflejada de la experiencia inmediata y para conectar la primera con la última (Morin, 1986; Morin y Piatelli-Palmarini, 1974).

Básicamente, el lenguaje va acompañado por la aparición de un nuevo nivel de ordenamiento autorreferencial, en concordancia con reglas léxicas y semánticas que permiten la reestructuración de la experiencia inmediata en términos de proposiciones, esto es, de "objetos" abstraídos del espacio y el

tiempo para los que será significativo el predicado de "verdadero" o "falso". La posibilidad de compartir criterios comunes de "verdad", separados de la inmediatez de la experiencia, posibilita, a su vez, la aparición de nuevas dimensiones en la coordinación recíproca de las acciones y las intenciones, así como en la negociación de acuerdos mutuos.

La función básica del lenguaje como sistema orientador de la conducta no consiste en la transmisión de información ni en la descripción de un universo independiente sobre el que podemos hablar, sino en la creación de un campo consensuado de comportamiento entre sistemas lingüísticamente interactuantes, mediante el desarrollo de un campo cooperativo de interacciones (Maturana, 1978, pág. 50).

Naturalmente, la dimensión de la experiencia intersubjetiva que ofrece el lenguaje añade la articulación de las aptitudes ya existentes para la individuación y el autorreconocimiento, generando un sentido del sí-mismo como sujeto ("yo") y como objeto ("mí").

La aptitud acrecentada para la sintonía sincrónica con las intenciones ajenas mediante interacciones lingüísticas va acompañada por un mayor ordenamiento del flujo de los estados internos y de los ritmos psicofisiológicos que prestan continuidad a la experiencia inmediata ("yo"). Junto a esto, la capacidad para verse desde las perspectivas ajenas se ve acrecentada por las aptitudes de abstracción lingüística, lo que da origen a un sentido reconocible sobre la percepción de la propia continuidad e igualdad ("mí"). Esta capacidad, separada de la inmediatez del contexto interaccional, se convierte en un instrumento esencial para reordenar la experiencia inmediata y estabilizar la coherencia interna.

En otras palabras, la autoconciencia debe considerarse un proceso ontológico en el que la aptitud para lograr el equilibrio en la distinción entre la experiencia inmediata y su evaluación, a través de las interacciones con otros individuos, va acompañada por la capacidad para referir el "yo" que experimenta al "mí" que evalúa. Entonces, dado que es

un acontecimiento de nuestra praxis de vida, que es discursivo y de acción al mismo tiempo, la autoconciencia es siempre conciencia de otros, y existe por medio del lenguaje y dentro de un contexto histórico.

La conciencia que opera en una subjetividad descentrada es lingüística y de acción, inserta en una historia de prácticas sociales. Toma su ser de la práctica de sujetos que hablan y actúan mientras responden al habla y a las acciones de otros. En virtud de este préstamo, la conciencia se constituye por medio del diálogo. Se admite que la conciencia puede estar sola; puede conformar un soliloquio y presidir un acto individual en soledad. En todo esto, la conciencia se experimenta como "mía". Pero estar solo es en sí mismo una modalidad peculiar de estar con otros; el soliloquio se lleva a cabo mediante un lenguaje que pertenece a lo público, y los actos individuales sólo tienen sentido dentro del contexto más amplio de las prácticas sociales. Uno puede estar solo solamente porque ya ha participado en la interacción comunitaria con otros; uno puede hablarse "por" y "a" sí mismo sólo con una gramática que tiene una historia social (Schrag, 1986, pág. 172).

Finalmente, la bipolaridad de los procesos de la mismidad, en virtud de la cual el "yo" llega a reconocerse como un "mí" a través de la "imagen reflejada" proporcionada por los otros, traza una demarcación ontológica irreductible entre lo "subjetivo" y lo "objetivo", el "sentido interior" y el "sentido exterior", la "experiencia" y la "explicación"; esa delimitación es básica para el despliegue de nuestra praxis de vida como seres humanos. Tanto en las concepciones orientales como en las occidentales del sí-mismo encontramos un sí-mismo bipolar. No obstante, en vez de diferenciarlo, Oriente tiende a experimentar el sí-mismo como simultáneamente subjetivo y objetivo, mientras que Occidente se inclina a diferenciar el interior (el sí-mismo como sujeto) del exterior (el sí-mismo como objeto), percibiendo en consecuencia los objetos "externos" como si tuvieran una existencia independiente del observador (Johnson, 1985).

### *El significado como dimensión humana de la existencia*

El aspecto más singular de la experiencia humana es su "esfuerzo en pos del significado", como surge con evidencia tanto desde el punto de vista evolucionista como del ontogénico.

En cuanto al aspecto evolucionista, la aparición del lenguaje y la autorreferencia reflexiva —que transforma la inmediatez de la vida en una circularidad incesante entre la experiencia y la explicación— hace de la construcción del significado un ingrediente esencial del proceso de la autoindividuación y del autorreconocimiento.

La autoconciencia humana quiebra la unidad del hombre con la naturaleza. La autoconciencia con pensamiento anticipativo y retrospectivo origina la condición existencial humana. Por lo menos durante los últimos 50.000 años, nosotros y nuestros antepasados nos hemos enfrentado al enigma (teníamos las palabras con qué plantearlo) de nuestra procedencia, de por qué estamos aquí y de qué sucede cuando morimos. Pero, como sabemos, no se trata de simple curiosidad. Desde que el lenguaje reflexivo hizo de nosotros personas, nos hemos preocupado por nosotros y por otros *como* personas. Entonces, la inevitabilidad de la muerte propia y de los seres queridos, y la impredecibilidad arbitraria de la muerte por hambre, enfermedad, accidente, predación o ataque humano, se vuelve la ocasión, no ya de un momentáneo terror animal, sino de lo que es potencialmente una angustia humana irremediable. Y la búsqueda de significados compatibles con una vida humana de mortalidad autoconsciente se convierte en una urgencia de vida o muerte... Pero, a diferencia de lo que dice el mito antiguo, nuestros antepasados no pudieron haber sido expulsados del Jardín del Edén de la naturaleza en un "trauma de nacimiento" súbito, trágico. Incluso aunque el completo logro final de la competencia lingüística se elaboró muy rápidamente, tras haberse encontrado los principios estructurales generativos básicos del lenguaje humano, la personalidad autoconsciente, con el desafío imperativo de encontrar un significado de respaldo frente a la mortalidad de la criatura, debe haber aparecido a lo largo de un cierto período. Si esto es así, los recursos simbólicos de las comunidades humanas portadoras de lenguaje pudieron satisfacer la necesidad de sentido a medida que fueron naciendo. Así aparecieron los múltiples mundos del mito, el ritual y la religión, que han proporcionado las respuestas tradicionales al interrogante de qué significa ser humano (Smith, 1978b, pág. 1055).

La estructura social de la realidad humana hizo posible, desde el principio, que el significado nuclear del ser humano se fundara sobre las emociones activadas por interacciones recíprocas con otros; esas emociones se encaminaban a mantener la coordinación y el consenso entre las personas. Por lo tanto, la búsqueda humana de significado debe considerarse como el desarrollo de una comprensión proactiva influida por un conjunto de condiciones intersubjetivas específicas e ineludibles (relaciones progenitores-hijo, lazos sociales, cohesión de grupo, etcétera), que definen una gama de emociones prototípicas (apego y amor, duelo y aflicción, etcétera) para compartir significados en los términos de una dimensión compartida simbólico-lingüística.

En el nivel individual, esta búsqueda continua de significado adquiere la forma de la construcción y el mantenimiento, durante todo el ciclo vital, de un significado personal coherente; el sujeto que experimenta ("yo") se relaciona con el "significado de ser humano", como prescribe la tradición en la que vive, siendo capaz así de definirse y reconocerse de un modo continuo e inequívoco ("mí"). Por un lado, la modulación emocional conectada con el proceso de demarcación entre el sí-mismo y los otros determina el desarrollo de cualquier dimensión personal de significado; además, la diferenciación "yo"/"mí" consecuencia de esa demarcación corresponde al tipo de comprensión ontológica incluida en los términos del significado personal. Realmente, toda diferenciación de los propios límites implica una comprensión ontológica (el modo en que el "mí" es capaz de evaluar a su "yo" que experimenta), en la que el significado personal representa el proceso proactivo. Es decir, que un ordenamiento fluyente de redes de acontecimientos significativos interrelacionados permite una experiencia del mundo capaz de activar patrones de modulación emocional ("yo"), reconocibles específicamente como la unidad y continuidad en el tiempo del propio sí-mismo ("mí").

En otras palabras, desde una perspectiva autoorganizativa, producir un mundo coherente es la condición primera y última para tener una autoidentidad consistente con el sig-

nificado personal como comprensión proactiva que revela un modo específico de ser, que se convierte en la noción clave para la elaboración de una teoría ontológica de la personalidad. Esto es lo que intentaremos conseguir en los capítulos siguientes de la primera parte de este libro.

## 2. LA DIFERENCIACION DE LOS LIMITES DEL SI-MISMO

Como el ambiente humano de la evolución y el desarrollo corresponde esencialmente a una realidad interpersonal, a la que el lenguaje estructura y otorga consistencia, todo conocimiento del mundo reposa siempre sobre la experiencia intersubjetiva y es transmitido por ella. Se diría que un recién nacido humano está naturalmente dotado de capacidad para la experiencia intersubjetiva, es decir, de una propensión innata a conocer a la gente y a sí mismo en relación con otros (Trevarthen, 1979, 1982). Si bien el autoconocimiento tiene su fundamento epistemológico en la semejanza percibida en las interacciones con los otros (Cooley, 1902; Hamlyn, 1974; Mead, 1934), su desarrollo ontológico se produce a través de procesos crecientemente individualizados de diferenciación del propio sí-mismo respecto de los atributos y significados comunes, compartidos con los otros: una diferenciación singular sobre los otros modos de experimentar la vida (no sí-mismo), sobre la que reposa la posibilidad misma de la autopercepción. Convertirse en un sí-mismo ontológico corresponde a un ordenamiento autorreferencial de la tensión esencial percibida en la sincronía interaccional con los demás. La semejanza percibida de los otros es el requisito necesario para experimentar un sentido de ser persona, pero, al mismo tiempo, la diferenciación sobre esa similitud percibida es la condición necesaria para experimentar un sentido del sí-mismo. El equilibrio oscilante, inherente a ese ordenamiento autorreferencial, debe considerarse como un resultado del proceso perpetuo de negociación de un consenso mu-

tuo con los otros y de la aceptación, por parte de ellos, que tiene lugar sin interrupción. A lo largo de todo el desarrollo vital, la diferenciación sí-mismo/no sí-mismo actúa como el principio autoorganizador básico que subyace en el proceso ontológico de la individuación psicológica y existencial (la autoidentidad y el significado personal).

Para llegar a un cuadro unificado de la dinámica evolutiva de la autoidentidad, será útil tener presentes los niveles diferentes (pero estrechamente entrelazados) de los procesos pertinentes:

1. El modo en que las interacciones estructuradas con otros específicos (procesos de apego) están implicadas en la aparición del sí-mismo, a la vez como sujeto (el "yo", es decir, el sentido del sí-mismo experimentado de forma directa e inmediata) y como objeto (el "mí", es decir, el sí-mismo que uno llega a conocer a través de la propia conducta).
2. Los procesos emocionales y cognitivos que articulan esos subsistemas en un proceso autorreferencial específico de significado personal.

#### EL APEGO Y LA DIFERENCIACION DE LOS LIMITES DEL SI-MISMO

Ya nadie discute que, desde las primeras fases del desarrollo, el niño está dotado de sentimientos básicos, así como de la capacidad básica para comunicarlos mediante mecanismos expresivo-motores, principalmente centrados en el sistema facial. La propensión a modular las contingencias ambientales con reacciones emotivas expresa muy bien la aptitud del niño para sintonizar con los otros, y en particular con otros seres significativos como sus cuidadores (Buck, 1984; Ekman, 1972, 1984; Fox y Davidson, 1984; Izard, 1977, 1980; Reite y Field, 1985; Plutchik, 1984).

En efecto, la interdependencia y reciprocidad de los ritmos psicofisiológicos entre el niño y su cuidador parece ser intrínsecamente codependiente, y coexistir con la actividad del niño en el ordenamiento de la percepción del sí-mismo y del mundo desde el primer momento (Bell y Ainsworth, 1972;

Brazelton, Koslowski y Main, 1974; Stayto, Hogan y Ainsworth, 1971). Además, muchos datos indican que incluso durante la gestación existe un verdadero "aprendizaje intrauterino", resultado de la participación activa del feto en esa reciprocidad rítmica (Brazelton, 1983; Ianniruberto y Tajani, 1981; Milani Comparetti, 1981).

Si se considera el conocimiento como un proceso autoorganizador (es decir, como un modo viable de "producir un mundo" mientras se "está en él"), la fuerte tendencia a establecer lazos emocionales estrechos con los cuidadores se destaca como la condición ontológica fundamental subyacente a todo posible ordenamiento de la experiencia. Por medio del ordenamiento autorreferencial realizado en su búsqueda de proximidad con los cuidadores, el niño puede acceder a las dimensiones del intercambio con el mundo, y percibir el flujo sensorial a lo largo de un proceso de aproximación-evitación, centrado y equilibrado sobre las figuras del apego. En otras palabras, la sincronización con una fuente externa identificable de ritmos cíclicos transforma una dimensión espacial, de otro modo incognoscible, en una realidad altamente personal, que se vuelve comprensible mediante parámetros físicos relativamente simples; entonces, incluso la atribución de cualidades espaciales (proximidad-distancia) al mundo que nos rodea reposa en una percepción intersubjetiva de ese mundo. Al mismo tiempo, la conjunción del flujo de los propios estados internos con un conjunto ordenado, externo, de ritmos e interacciones, hace posible percibir regularidades recurrentes en ese flujo y sintonizar de modos más específicos las propias oscilaciones de aproximación-evitación. Asimismo, toda posible atribución de cualidades emocionales al curso de las reacciones psicofisiológicas va acompañado por una similitud percibida de los otros seres significativos.

En vista de que la búsqueda de proximidad con los cuidadores y las aptitudes autoorganizadoras parecen estar inextricablemente entrelazadas, resultará útil examinar los procesos intersubjetivos que median la interdependencia entre el apego y el sí-mismo.

Dado que, como primate, está dotado de procesos neocorti-

cales que regulan el reconocimiento facial, el niño humano presenta desde el momento del nacimiento una aptitud específica para imitar las acciones de los cuidadores (Field y otros, 1982). Más que un mecanismo instintivo de liberación (es decir, un acoplamiento pasivo entre una respuesta y la presencia de un estímulo específico), el reconocimiento facial y la imitación por parte del recién nacido son en realidad actividades ordenadoras autorreferenciales. Mediante la coordinación intermodal, se conectan los datos perceptuales del sistema visual con otras modalidades perceptivas (por ejemplo, la realimentación propioceptiva, la modulación psicofisiológica) y se ordenan en pautas afectivo-motrices de respuesta (Meltzoff y Borton, 1979; Meltzoff y Moore, 1985; Zajonc y Markus, 1984). Si el reconocimiento facial, como patrón de conducta, ya refleja un procedimiento autorreferencial para relevar y coordinar las diferentes modalidades sensoriales, debiera ser claro el modo en que, en un nivel organizativo superior, la sintonía emocional recíproca entre los gestos de los cuidadores, por una parte, y la imitación del niño, por la otra, podría ser activamente ordenada por el pequeño en unidades primordiales recurrentes de autopercepción.

El papel organizativo del apego en el desarrollo de un sentido del sí-mismo como sujeto ("yo") y como objeto ("mí") puede delinearse como sigue.

Mientras la sintonía con una fuente sincrónica de estímulos regulares organiza el flujo sensorial en una corriente de ritmos psicofisiológicos recurrentes, los aspectos emocionales del apego transforman las tonalidades afectivas en módulos emocionales específicos. Por medio de estímulos regulares derivados de la conducta y de las motivaciones de los cuidadores, el niño puede empezar a vincular sentimientos básicos difusos con percepciones, acciones y recuerdos, convirtiéndolos en esquemas emocionales específicos susceptibles de experiencia subjetiva. La aparición de la experiencia subjetiva va acompañada por la percepción de que uno es una entidad diferenciada de los otros objetos y personas del mundo circundante. Los ritmos psicológicos y los esquemas emocionales se convierten en ingredientes básicos de la conciencia in-

fantil, que es verdaderamente afectiva en su naturaleza y cualidad (Buck, 1984; Emde, 1984; Izard, 1980). Por lo tanto, el propio sentir, inmediata y directamente percibido como un sentido cinestésico interior (el "yo"), se organiza de forma primaria en torno de esquemas emocionales prototípicos diferenciados a través de la reciprocidad del apego con los cuidadores.

El "yo" llega a verse como un "mí" (es decir, como a las otras personas del mundo circundante) sólo a través de la conciencia que los cuidadores tienen de su conducta. La anticipación de la percepción que tienen los otros de nuestras acciones facilita el reconocimiento de patrones de esquemas emocionales a partir de la corriente de estados interiores recurrentes, estructurándolos en experiencias emocionales específicas, conectadas con intenciones relacionadas y conductas orientadas-hacia-metas. La observación sugiere que las percepciones de su imagen, que los niños obtienen a través de la conducta de los cuidadores, no se limitan a las situaciones en las que los progenitores intentan satisfacer las necesidades básicas del niño. La imitación por parte de los progenitores de la conducta del niño es muy común desde los periodos más tempranos (Bretherton y Waters, 1985; Harter, 1983) y, muy probablemente, esa imitación es una clave esencial que permite al niño reconocer como propias las características y aptitudes con las que los cuidadores lo perciben como persona. En otras palabras, la autoconciencia nace de una autorreconocibilidad hecha posible por la aptitud empática para asumir como propias las actitudes ajenas. Elaborar una autoimagen consciente consiste en delimitar el perfil del "mí" a partir del "yo" percibido.

La diferenciación sí-mismo/otro es un proceso complejo, de múltiples niveles, en el que el sentido que tiene el actor ("mí") de su singularidad y unicidad ("yo") se encuentra tanto en la sintonía con los otros como en la diferenciación respecto de los otros, siendo ambas condiciones igualmente necesarias para la experiencia. Por una parte, el proceso intersubjetivo del conocimiento a partir de la comprensión de otra persona entraña *identificarse con*, en la medida en que siem-

pre se despliega en variables empáticas (sentir lo que otro siente) sostenidas y mediatizadas por una semejanza percibida con otro ser significativo —es decir, un compromiso emocional con una figura de apego (Hoffman, 1975, 1978)—. Por otro lado, percibir la semejanza de los sentimientos de otros como requisito para reconocer un sentimiento equivalente en el sí-mismo significa *delimitar* la propia subjetividad respecto de la objetividad de una realidad interpersonal compartible.

La idea de modelos operantes interiores de las figuras de apego y sí-mismo implica claramente la organización de un sistema para transformar la experiencia intersubjetiva en conocimiento personal (Bowlby, 1969, 1983, 1973, 1980; Bretherton y Waters, 1985). En este sentido, una figura de apego no corresponde a una representación isomorfa de la conducta de los cuidadores dentro de una modalidad sensoriomotriz específica, como si fuera una especie de entidad perceptiva que regula la información sobre los acontecimientos relacionados con el apego. Por el contrario, la interiorización de una figura de apego, en una modulación rítmica y autorreguladora de estados interiores, en realidad lleva a convertir la configuración intermodal de módulos afectivo-sensoriomotrices en una configuración unificada, de la que puede derivar un sentido del sí-mismo y del mundo.

Así como el reconocimiento facial va acompañado por un autoordenamiento en la autopercepción y la experiencia corporal, la imitación de otra persona o la identificación con ella corresponden a la percepción de uno mismo como "ser en el mundo". Un niño, cuando evalúa una situación de estímulo con referencia al rostro de la madre (*referenciación social*; Campos y Stenberg, 1981; Klinnert y otros, 1983), percibe un sentido reconocible de su ser en una situación específica a través de la comprensión del estado afectivo de la madre. Por lo tanto, la referenciación social es un proceso básico que ordena la intersubjetividad inherente al sistema de apego (es decir, que la imagen del otro corresponde a una percepción del sí-mismo).

A lo largo del desarrollo, todo cambio de nivel en las apti-

tudes intersubjetivas (por ejemplo, desde el mero sentido de la existencia de los otros a la perspectiva conceptual) va acompañado por un incremento paralelo de la capacidad para la sintonía empática (por ejemplo, desde la imitación a la identificación). Por lo tanto, sentirse emocionalmente involucrado en la percepción de una semejanza con otros seres significativos parece ser la condición esencial que subyace en todo desarrollo del conocimiento ontológico durante el desarrollo vital. En la referenciación social concreta de las etapas de la maduración, la intersubjetividad del niño está en gran medida ligada a la situación existencial inmediata, de modo que la sensación de ser una persona singular y específica suele alcanzarse mediante una identificación emocional con las figuras de apego. La referenciación social abstracta de la madurez, que desprende al individuo del aspecto presente de la interacción, permite obtener una sensación definida de realidad personal por medio de la construcción de semejanzas percibidas más abstractas con los otros seres significativos, como en las relaciones amorosas comunes. En todos los casos, ya exista una identificación emocional con la imagen ajena o una construcción más abstracta, sentirse involucrado en una interacción única y exclusiva es crucial para producir un sentido del mundo capaz de producir una cualidad de autopercepción ("yo") reconocible como el propio sí-mismo ("mí"). En este sentido, la singularidad percibida de los lazos significativos puede actuar de un modo análogo a los principios sintácticos organizativos que subyacen a una estructura semántica de comprensión (Marris, 1982), desempeñando de este modo un papel esencial en el desarrollo de cualquier relación afectiva.

#### LA UNIDAD ORGANIZATIVA DEL DOMINIO EMOCIONAL

En una dimensión espacio-temporal aprehensible en términos de proximidad-distancia respecto de una base segura de apego, la sintonía psicobiológica con los cuidadores permi-

te al primate humano recién nacido ordenar el flujo sensorial en sentimientos sólo descodificables sobre un proceso de aproximación-evitación. En los primates, todo ordenamiento de la realidad va acompañado de una experiencia intersubjetiva, de modo que el apego actúa regulando la oscilación rítmica entre patrones psicofisiológicos inductores de excitación (exploración, juego), y patrones psicofisiológicos reductores de la excitación (seguridad, aferramiento), y también regulando el miedo y la ira mediante la conmutación de esos mismos patrones (Fox y Davidson, 1984, Reynolds, 1981; Suomi, 1984).

En el nivel humano, la estructura y calidad de la primera reciprocidad emocional, inherente a los patrones de apego en el curso del desarrollo, está estrechamente correlacionada con la experiencia que tiene el niño de la accesibilidad de los cuidadores, en respuesta a su necesidad de proximidad y contacto. A partir de la gran variedad de respuestas posibles que pueden dar los progenitores a esa búsqueda de contacto, condicionada por el esquema de referencia limitado del niño, se despliega un conjunto finito de experiencias sobre la accesibilidad de los cuidadores. Es decir, que se siente que el acceso a los cuidadores *es seguro*, y entonces también lo es el apego presentado, o el acceso se experimenta como *bloqueado*, y el niño muestra un apego *inseguro-evitativo* o bien el acceso se percibe como *impredecible* y lo acompaña un apego *inseguro-ambivalente* (Ainsworth y otros, 1978; Bretherton, 1985; Main, Kaplan y Cassidy, 1985). La presencia de organizaciones del apego centrales desde las primeras etapas del desarrollo demuestra claramente las aptitudes reguladoras y organizadoras del sí-mismo que presentan los procesos del apego. Esencialmente, éstos consisten en coordinar diversos patrones de módulos inductores y reductores de la excitación, ajustando su modulación por medio de la ira y el miedo (es decir, apegos ambivalentes o evitativos) para producir un nivel viable de reciprocidad emocional (seguridad-proximidad).

Una organización central de apego es el resultado de un proceso de selección y estabilización del flujo de estados in-

ternos recurrentes, y de los ritmos psicofisiológicos de los patrones de autopercepción, y los vuelve accesibles a la evaluación y reconocimiento por parte del sujeto que los experimenta. En otras palabras, si una relación de apego es un proceso autorreferencial para "tener un mundo" mientras se "está en él", la estabilidad de los patrones infantiles de apego refleja un modo de "producir un mundo" capaz de producir una calidad de autopercepción ("yo") reconocible como el propio sí-mismo ("mí").

Trazar los límites del "mí", mientras se organiza el "yo", es un proceso evolutivo complejo y de niveles múltiples, que se despliega gradualmente a medida que el niño logra su autorreconocimiento (por ejemplo, la capacidad para reconocer y responder al sí-mismo con independencia de las contingencias perceptuales inmediatas) (Bertenthal y Fischer, 1978; Lewis y Brooks-Gunn, 1979). La capacidad para percibirse con un sentimiento de permanencia y continuidad en el espacio-tiempo (la etapa piagetiana de la conservación del objeto) va acompañada por una mayor conciencia de la diferenciación entre el sí-mismo y los otros, como se refleja en la primera aparición del miedo a los extraños, que son los "otros" por excelencia (Wolf, 1982). Un incremento en la percepción de los otros como objetos distintos va acompañado por un aumento en la comprensión de que también uno es un objeto distinto.

Un sentido del sí-mismo perfectamente estable, aunque rudimentario, permite el despliegue de un nuevo nivel de autorreferencialidad: empezar a referir a uno mismo la inmediatez de la propia experiencia ("yo"), con lo que se puede empezar a reconocerla ("mí"). En otras palabras, el sentido experimentado del sí-mismo, una vez focalizado y apreciado, está en condiciones de originar un segundo orden de experiencias autorreferidas: las autoexplicaciones, es decir, un reordenamiento de la experiencia inmediata que la hace reconocible y comprensible. De modo que el autorreconocimiento delimita, a partir de la percepción de ser distinto de los otros, un sentido definido de individualidad ("mí") desde el propio sentimiento singular y global de estar separado ("yo").

Si consideramos el conocimiento humano desde una perspectiva ontológica podemos afirmar que, en el ciclo vital del hombre, el autorreconocimiento es la primera explicación que podemos darnos de nuestro sentimiento de estar vivos. De modo que afrontamos una diferenciación ontológica primaria, en la que un sentido de reconocimiento relativamente estable nace de una demarcación igualmente estable entre la autopercepción (el "sentido interior", experimentado subjetivamente) y la percepción del mundo (el "sentido exterior", experimentado objetivamente con los otros). La integración de los sentidos interior y exterior, crucial para el mantenimiento de la propia coherencia interna, permite una autorreferencialidad más articulada en los procesos de conocimiento. Entonces, toda información de la percepción del mundo se corresponde con información sobre el sí-mismo (por ejemplo, el modo en que las percepciones de los otros regulan la evaluación del "mí") y, a la inversa, el desarrollo del autoconocimiento corre paralelo con el proceso por el que el individuo llega a comprender la realidad (por ejemplo, el modo en que el contenido organizativo del "yo" influye en la estructuración de los rasgos definitorios del sí-mismo y el mundo).

La estabilización de un sentido del sí-mismo, que corre paralela con el proceso del autorreconocimiento, se produce por medio de la unión de ritmos motores psicofisiológicos y de módulos sensoriales, motores y emocionales, dentro de un núcleo autoordenador de la actividad afectiva, autónoma y de conducta. Se ordenan grupos de esquemas emocionales (por ejemplo, escenas prototípicas cargadas de afecto, abstraídas de acontecimientos y situaciones experimentadas repetidamente) en un lazo oscilante, recursivo, capaz de generar un sentido de autopercepción, junto con emociones y conductas específicas, y de autorregulación por medio de la activación/desactivación rítmica de sus tonalidades emocionales opuestas (Mineka y otros, 1981; Solomon, 1980). Así, la actitud evitativa que presentan los hijos de progenitores que los rechazan es la dinámica que equilibra a cada momento estados emocionales opuestos, como el apego y la ira, una diná-

mica dirigida a preservar el nivel de reciprocidad emocional compatible con la inaccesibilidad percibida en la relación. El intercambio rítmico entre estados emocionales opuestos es *interno* del niño, y no tiene ninguna referencia directa al curso presente de la relación; ocurre como si el contacto mismo suscitara ira y repliegue, y el repliegue condujera de nuevo al contacto que lleva otra vez a la ira y al repliegue (Cassidy y Kobak, 1988; Main y Weston, 1982). La capacidad para mantener y regular el propio sentido del sí-mismo reposa en la unidad organizativa que desde el principio adquiere el aspecto emocional en desarrollo.

El movimiento rítmico y oscilante entre piezas básicas de esquemas emocionales opuestos proporciona el contexto descodificador para la diferenciación posterior de todo un conjunto de emociones discretas. Es decir, la diferenciación emocional aparece como un proceso de "ensamblaje con el patrón" entre esquemas emocionales preformados y sentimientos activos. La búsqueda de coherencia interna, que sesga sobre todo posible patrón descodificador, actúa como el principal regulador, y da unidad y continuidad funcional en el tiempo a la totalidad del desarrollo, mientras la percepción de la discrepancia actúa como desencadenante esencial para la diferenciación de nuevas tonalidades emocionales (Guidano, 1987). Por otra parte, el control descentralizado que gobierna el lazo recursivo de las unidades modulares de procesamiento permite mantener un sentido del sí-mismo a través de una recombinación de estos módulos dentro de diversos subsistemas. Así, la activación de la ira, aunque específicamente impuesta por una clave perceptiva como el rechazo o la amenaza de rechazo, puede convertirse en parte del patrón del apego (Reynolds, 1981; Sander, 1975), tanto como de la exploración y el juego (Suomi, 1984), proporcionando continuidad y unidad a la experiencia inmediata de uno mismo. En el proceso, el despliegue gradual de aptitudes cognitivas concretas proporciona una mayor estabilidad al sentido actual del sí-mismo, y las relaciones escolares y con los compañeros amplían progresivamente el campo de la experiencia, promoviendo la articulación progresiva de ese sentido del sí-mismo.

Una vez que el sentido del sí-mismo que aparece a través de una organización central de apego ya está establecido, un nivel más estructurado y articulado de autorreferencialidad regula la dinámica entre los límites subjetivos y objetivos de dicho sí-mismo, produciendo nuevas dimensiones de experiencia intersubjetiva y, por lo tanto, de autoconocimiento. Ser capaz de diferenciar la subjetividad de la experiencia inmediata de uno mismo, y la objetividad de la percepción que tienen de uno los cuidadores, supone el reordenamiento autorreferencial de la propia experiencia inmediata ("yo") como si fuera un objeto ("mí"), es decir, desde el punto de vista percibido de los cuidadores. La modulación psicofisiológica y afectiva proporcionada por la oscilación rítmica entre los esquemas emocionales prototípicos puede ser evaluada por medio de un sentido definido del sí-mismo que surge del incremento de conciencia de la distinción entre uno y los otros. De este modo, se vuelve posible un reordenamiento continuo de la propia experiencia inmediata para hacerla coherente con ese sentido del sí-mismo. Todo ordenamiento de la experiencia inmediata tiene lugar en el nivel de los procedimientos de conocimiento explícito, que se vuelven posibles por el crecimiento cognitivo gradual; es decir, que las consecuencias experimentadas de los acontecimientos y acciones son abstraídas constituyendo un marco conceptual de causa y efecto, y almacenadas de forma accesible y manipulable (expectativas, creencias, procedimientos para la resolución de problemas, etcétera). Los procedimientos de conocimiento explícito son procesos autorreferenciales, que apuntan a dar coherencia a la experiencia tácita en curso; es decir, que el procesamiento de expectativas, creencias, etcétera, es la modalidad esencial para evaluar y reconocer la experiencia inmediata de cualquier situación dada, y darle coherencia con el propio sentido de continuidad.

De modo que, a medida que los procesos evolutivos se vuelven más complejos y multidireccionales, se necesitan dispositivos conceptuales más integradores para sostener una visión dinámica general, tanto de la interdependencia entre afecto y cognición como de la parte que ella desempeña

en la diferenciación de los límites del sí-mismo. En nuestra opinión, desde la perspectiva de la autoorganización, el marco conceptual proporcionado por la teoría del guión (Abelson, 1981; Carlson, 1981; Carlson y Carlson, 1984; Tomkins, 1978, 1987) ofrece posibilidades integradoras muy interesantes. En particular, la idea de los guiones nucleares y de las escenas nucleares (el guión nuclear es un conjunto de reglas ordenadoras para la conexión de ensambles de escenas prototípicas cargadas de afecto —escenas nucleares— que se reordenan continuamente como resultado de su propia actividad) puede utilizarse para explicar el modo en que la autorreferencialidad del conocimiento ontológico (estabilización y mantenimiento de los límites del sí-mismo) subyace a toda interacción entre afecto y cognición. Para ello, los afectos esenciales que caracterizan el procesamiento de los guiones —cuyo desarrollo puede rastrearse desde la primera infancia (Bretherton, 1984; Nelson y Ross, 1982)— puede esquematizarse como sigue:

1. El procesamiento de los guiones dirige la atención hacia el modo en que el afecto y la cognición, aunque diferenciados por la forma en que procesan los datos (inmediatez vs. distanciamiento), terminan adquiriendo una interdependencia específica en un proceso autoorganizador como el de la diferenciación de los límites del sí-mismo.

Más específicamente, la activación de escenas nucleares opuestas produce simultáneamente una "percepción del mundo" idiosincrásica, unida a un patrón específico de auto-percepción ("yo") que se vuelve reconocible como el propio sí-mismo ("mí") por medio del procesamiento de guiones. En otras palabras, la modulación psicofisiológica conectada con el miedo sólo puede apreciarse experimentándose en peligro ("yo"), y reconociendo el miedo como una emoción coherente con el propio sentido de continuidad y de ser distinto de los otros ("mí"), en virtud de las expectativas, las creencias, la conducta, etcétera, que de esta forma pueden generarse respecto del sí-mismo (Cicchetti y Pogge-Hesse, 1981; Izard y Buechler, 1980). En el caso ya mencionado de los niños con padres que los rechazan, la activación de la vergüenza/ira se

evalúa a través de una experiencia reforzada del sentimiento de estar apartado, y es ordenada en el sentido activo del sí-mismo por medio de la creación de cogniciones (poco querible y baja autoestima) y conducta (apego evitativo) coherentes. Por lo tanto, se puede decir que durante las etapas de desarrollo, delimitar el "mí" a partir del "yo" percibido es un proceso por medio del cual la inmediatez de la propia experiencia del sí-mismo y el mundo se transforma en categorías básicas de significado (autoidentidad, verdad-falsedad, competencia-control, etcétera), es decir, en procesos ordenadores nucleares capaces de producir y asimilar la experiencia (Mahoney, 1988, 1991).

2. El ordenamiento de las escenas nucleares en guiones es un proceso autorreferencial, y como tal implica la construcción de una imagen del mundo con un sentimiento inmediato y definido de singularidad en cuanto al propio "estar en él", y no una mera reproducción (al mismo tiempo fiel y, precisamente por eso, adaptativa) de aspectos importantes del mundo exterior. No es sorprendente entonces que, como observa Tomkins (1987), una de las peculiaridades más características de los guiones consista en que son "más autoconvalidadores que autorrealizadores". Por cierto, el procesamiento mediante guiones es más que la puesta a punto de una estrategia para afrontar con éxito las situaciones críticas abstraídas en las escenas nucleares; es un dispositivo autorreferencial que necesariamente activa un patrón de modulación emocional capaz de estabilizar el sentido del sí-mismo en el mundo creado a partir de esas situaciones críticas. Por lo tanto, el apego evitativo que presentan los hijos de progenitores que los rechazan estabiliza el sentido de estar solo en un mundo constituido por rechazos o amenazas de rechazo, y precisamente esta percepción estable del sí-mismo y de lo externo es lo que permite considerar la distancia como un modo de mantener la reciprocidad emocional. Entonces, las categorías del significado personal acompañadas por los procesos ordenadores nucleares no reflejan simplemente el grado de adecuación adaptativa al ambiente sino la estabilización de una coherencia entre el sentido ex-

plícito del sí-mismo y los patrones tácitos de autopercepción que subyacen a él.

3. A través de las etapas de maduración, la activación rítmica y oscilante de los guiones nucleares prototípicos que ordenan el flujo de la nueva experiencia da origen al crecimiento y a la diferenciación progresiva de subsistemas posteriores de escenas, y a los guiones relacionados con ellas. El ritmo y la continuidad del crecimiento de los guiones nucleares refleja el curso del desarrollo emotivo-cognitivo; en otras palabras, los subsistemas emergentes constituyen la diferenciación de nuevas modulaciones perceptivas afectivo-motrices (escenas), conectadas con los procedimientos explícitos para darles coherencia con el propio sentido de continuidad (guiones). Así, aunque cada niño tiene relativamente pocos guiones nucleares prototípicos, ellos crean la diferenciación progresiva y autorregulada de toda una gama de tonalidades emocionales estrictamente interconectadas, lo que proporciona en el nivel aprehensivo tácito una unidad organizativa que convierte en altamente personales e idiosincrásicos todos los aspectos del procesamiento mental.

La diferenciación entre un repertorio estructurado de estados emocionales y de reglas para descodificarlos se produce en virtud de un proceso de ensamblaje analógico: la semejanza/diferencia percibida con la aprehensión inmediata de la realidad, proporcionada por la activación nuclear, es el procedimiento autorreferencial para ordenar el flujo de los acontecimientos (tener un mundo), mientras se preserva la continuidad de la propia experiencia personal (estar-en-él). El mismo procedimiento analógico también se aplica a la capacidad para la autorreferencia que subyace a la diferenciación de los límites del sí-mismo: la modulación afectiva que acompaña a la aprehensión tácita de semejanzas ("yo"), continuamente descodificada y ordenada por medio de los procesos explícitos disponibles, provoca una percepción de la realidad en la que la experiencia activa del perceptor se vuelve comprensible ("mí"). Por lo tanto, construir un mundo es abstraer las propias bases de experiencia, y la estructuración gradual de las dimensiones mentales (categorías de sig-

nificado) se considera un proceso para hacer comprensibles las experiencias corporales. Esto explica a su vez el papel crucial desempeñado por el desarrollo de metáforas en la aparición de niveles más altos de racionalidad y aptitudes cognitivas (Smih, 1985; Johnson, 1987; Lakoff, 1987; Lakoff y Johnson, 1980; Shanon, 1987, 1988).

#### LA MISMIDAD COMO SISTEMA DE MANTENIMIENTO DE LOS LÍMITES

Se puede empezar a reconocer e identificar la aparición de un sentido del sí-mismo en el momento en que se puede diferenciar un sentido interior experimentado subjetivamente de un sentido exterior experimentado objetivamente con otros. Si se considera el sí-mismo como el hilo conductor subyacente al desarrollo de la personalidad, es evidente que se despliega como un proceso en espiral de construcciones y reconstrucciones que se desprenden de la capacidad de experimentarse a sí-mismo como sujeto y objeto (Habermas, 1979; Kegan, 1982). Para distinguir los aspectos más importantes del desarrollo de la dinámica "yo"/"mí", es útil tener presentes tanto la secuencia de los pasos esenciales del ascenso a niveles más integrados de diferenciación sujeto-objeto, como los mecanismos de coherencia del sistema derivados de la producción de esas diferenciaciones.

La diferenciación entre el sí-mismo y los otros que se produce con el primer autoconocimiento (del primero al segundo año) tiene características principalmente físicas, y se centra esencialmente en la experiencia corporal inmediata (Broughton, 1978; Damon y Hart, 1982). La aparición de la conciencia del aspecto físico distinto de los otros es oscilante e inestable durante períodos más bien largos; los rasgos que delimitan a los cuidadores entran y salen de la atención del niño, con los consiguientes cambios en su autopercepción. Además, sobre la base de una capacidad para "asumir la perspectiva de los otros" arraigada en las dimensiones físicas, el niño difícilmente podría diferenciar el sí-mismo del resto del cuerpo; la

criatura no traza ninguna distinción clara entre las experiencias internas y externas, y el sentido del sí-mismo apenas está presente en la corriente veloz de acontecimientos y sentimientos correlativos en la que discurre.

Aunque se reduce como consecuencia de la disponibilidad progresiva de la abstracción concreta, esta vaga diferenciación continúa existiendo durante los años preescolares, y permite que el sentido del sí-mismo, mientras se estabiliza gradualmente, continúe ligado a características perceptivas clave de los apegos. La presencia durante la ontogenia de un período oscilante, que precede a la percatación estable del sí-mismo diferenciado de los otros, es probablemente importante para la conformación y posterior articulación de la capacidad del niño para la sintonía, y aumenta las aptitudes empáticas mucho más de lo que sucedería si el sentido de los otros se alcanzara súbitamente (Hoffman, 1984). No obstante, es evidente que, ante patrones distorsionados de apego, un período de demarcación laxa de las actitudes emocionales percibidas de los cuidadores también puede convertirse en un lapso de vulnerabilidad crítica en la adquisición de un sentido integrado de continuidad e individualidad. La conducta que, desde el punto de vista de un observador externo, parece simplemente no adaptativa tiene una función autoorganizadora si se ve como un modo de mantener la coherencia interna del niño. Esto es lo que ocurre en los niños evitativos, cuyo tipo particular de apego, aunque acompañado por un sentido negativo del sí-mismo, reduce en la práctica la magnitud de emociones disruptivas dolorosas, estableciendo una distancia emocional entre el sí-mismo y aquellos que pueden herirlo.

El paso de la diferenciación física a la psicológica entre el sí-mismo y los otros se produce habitualmente al principio de la infancia (de los seis a los siete años), cuando el carácter distintivo respecto de los otros se percibe en términos de actitudes psicológicas y emocionales, y va acompañado por una apreciación creciente de la propia subjetividad, sentida como singular y continua en el tiempo. Por ese entonces, el niño reconoce claramente las diferencias entre los estados interio-

res y exteriores, volviéndose capaz de delimitar con mayor precisión el límite entre la imaginación y la percepción; también percibe las experiencias psicológicas como lógicamente diferentes de la conducta real.

Los nuevos conocimientos de la diferencia entre la propia experiencia interior ("yo") y la propia apariencia exterior ("mí") tienen algunas consecuencias importantes para la dinámica de los propios límites. En cuanto el niño toma conciencia de tener acceso privilegiado a su experiencia inmediata, aparece el sentido de ser un agente independiente, y se convierte en posibilidad real el engaño consciente para controlar la relación con los otros seres significativos. Paralelamente con el crecimiento de la competencia cognitiva y motriz, la capacidad para manipular activamente la modulación emocional inmediatamente experimentada ("yo"), a fin de mantener la propia apreciación del sí-mismo ("mí") como coherente, aumenta notablemente en virtud de la nueva posibilidad de autoengaño recientemente adquirida (Buck, 1984; Damon y Hart, 1982; Habermas, 1979).

Las emociones específicamente turbadoras (por ejemplo, la ira o el desamparo en los niños evitativos) se activan en cortocircuito mediante la exclusión selectiva de la entrada sensorial que proviene de los campos críticos de experiencia. La capacidad de exclusión depende obviamente del grado de aptitudes cognitivas disponibles. En los niños pequeños, los procedimientos de exclusión son principalmente directos y el flujo de entrada, aunque registrado, no se aprecia de forma consciente. Este tipo de exclusión directa es limitado, porque los patrones motores faciales encubiertos de la "verdadera" tonalidad emocional registrada promueven alguna experiencia de esa emoción (Campos y Caplovitz Barrett, 1984). Por lo tanto, en los niños pequeños la inmediatez restringe la flexibilidad, y los hace más vulnerables a situaciones complejas y ambiguas, mientras que los procedimientos de exclusión de los niños mayores, mucho más indirectos y mediatizados por la comprensión semántica, tienen más eficacia para cambiar la dirección y referencia de los sentimientos perturbadores.

Además, siempre que un niño afronta situaciones inten-

sas y no fácilmente evitables, los procedimientos de exclusión se incorporan mucho más a una manipulación activa de los niveles presentes de autocontrol y conocimiento. Una de las primeras modalidades consiste en desconectar el afecto percibido de la situación interpersonal que lo ha activado (Bowlby, 1980, 1985; Bretherton, 1985). Cuando esa desconexión es completa, la propia experiencia ("yo") parece totalmente ininteligible en los términos de las propias reacciones ("mí"), y se puede explicar mejor atribuyéndola a causas externas, como problemas somáticos o psicológicos. Una segunda modalidad es impedir que la apreciación del afecto perturbador active otros sentimientos, pensamientos y conductas que puedan cambiar el foco de atención. De este modo, los niños pueden atarearse con muchas actividades diferentes (a veces en forma de síntomas nítidos, como rituales, fobias, ingesta excesiva, etcétera) que los distraen del procesamiento posterior de una información que, aunque ha sido registrada, está siendo excluida (Bowlby, 1980, 1985). Entonces resulta evidente que la exclusión de información y la actividad diversiva restringen selectivamente la elaboración de una gama muy personal de emociones apreciables (las únicas que el niño puede reconocer como propias), mientras un repertorio de reacciones cognitivo-emocionales automáticas manipulan el foco de la atención, permitiendo la estabilización de esa gama de emociones. Por lo tanto, a lo largo de toda la infancia, el núcleo autorregulador de la continuidad afectiva —estructurada durante los años preescolares como un sistema epigenético de mantenimiento de límites— construye a cada momento su camino de desarrollo sobre la base de contingencias que derivan de su propio patrón de coherencia interna.

Finalmente, junto con el desarrollo de la abstracción reflexiva que se produce durante la adolescencia, aparece un nivel adicional de autorreferencia, es decir, la conciencia que tiene el sí-mismo de su propia autoconciencia (Selman, 1980), y se vuelven reflexivos los propios mecanismos reguladores del sistema de mantenimiento de límites. Como el sujeto puede asumir la perspectiva del otro hacia él, y simul-

táneamente neutralizar su perspectiva y la del otro desde el punto de vista de una tercera persona (Dobert, Habermas y Nunner-Winkler, 1987), la propia apreciación del sí-mismo ("mí") es relativamente independiente de la realimentación del otro, y en consecuencia los mecanismos de autoengaño que mantienen la coherencia de la propia experiencia inmediata ("yo") dependen cada vez más de valores vitales y axiomas filosóficos elaborados por el sujeto. En otras palabras, la estabilización de un sentido definido del sí-mismo ("mí") ya no se puede asegurar solamente por medio del nivel de confirmación-disconfirmación que deriva de las relaciones vivas, sino que debe ser asegurado reflexivamente, es decir, a través de un compromiso con la vida que corporiza la singularidad del hecho de ser una persona ("yo").

### 3. LA AUTOORGANIZACION DE LAS DIMENSIONES DEL SIGNIFICADO PERSONAL

#### UNA PERSPECTIVA ONTOLOGICA

Si el ordenamiento de nuestro mundo es inseparable de nuestro ser en él, entonces conocer corresponde a existir, y el significado es el modo en que el existir se vuelve aprehensible. Lejos de tratarse de una correspondencia entre las creencias individuales y la realidad externa que concierna casi exclusivamente al reino del lenguaje y el pensamiento abstracto, el significado es propio primordialmente de la actividad autoorganizadora global del ser humano. En otras palabras, el significado es una *comprensión ontológica* en la que la recursividad percibida de la propia modulación afectivo-fisiológica fluyente es coherentemente reconocida y apreciada como unitaria y continua en el tiempo, mediante la estructuración de categorías básicas (autoidentidad, verdad-falsedad, competencia-control, etcétera) de intercambio entre el ser y el mundo, capaces de producir y asimilar experiencias coherentes (Johnson, 1987; Olafson, 1988; Shanon, 1987, 1988). Los aspectos cualitativos de esta búsqueda de coherencia interna están condicionados por la naturaleza interaccional de la experiencia humana, en la que todo sentido del sí-mismo va acompañado de la experiencia de formar parte de la conciencia de los otros; en una dimensión intersubjetiva en la que los otros sostienen nuestra identidad. Para sentirnos coherentes tenemos que percibir de algún modo esa identidad como lo bastante positiva para que pueda sostenerse. Por cierto, parece probable que, con la aparición de

las aptitudes para la reflexión abstracta, la tendencia del primate a luchar por un rango social más alto, sujeta a las presiones específicas que se derivan de la disponibilidad de nuevas dimensiones intersubjetivas, se ha desplegado en niveles correspondientes de autorreferencialidad reflexiva, principalmente el de la necesidad de mantener la autoestima. Las propiedades emergentes del procesamiento neocortical permitieron al observador representarse a sí mismo de acuerdo con los puntos de vista de los otros (según percibía esos puntos de vista el propio observador), y esto a su vez hizo posible una nueva apreciación del propio rango social en términos de autoevaluaciones más abstractas (Barkow, 1975; Buss, 1987, 1988; Passingham, 1982; Reynolds, 1981). La lucha por una autoimagen aceptable es crucial en la comprensión ontológica, que regula tanto el proceso de hacer coherente y unitaria la apreciación del sí-mismo como la estructuración de las experiencias sobre las que se basa esa apreciación.

Si partimos de esta premisa, resultará evidente que todo sistema de conocimiento individual debe considerarse, desde el punto de vista ontológico, como una organización autorreguladora de los procesos del significado personal. Como la capacidad para la autorreferencia reflexiva hace coherente la experiencia tácita, la mismidad y el significado personal están inextricablemente entrelazados. Entonces, la conciencia, como experiencia inmediata del propio sí-mismo, aparece simultáneamente unida a la percepción de que uno es el agente causal de esa experiencia, con lo que afecta de forma inevitable el conjunto fluyente de posibilidades en el contexto vital presente. No hay ninguna experiencia consciente en la que no influyan las categorías de la atribución causal y la propia responsabilidad. Además, la experiencia inmediata del propio sí-mismo incluye una modulación afectiva positiva o negativa (percibida como un sentimiento de ser querible o no ser querible), y es apreciada y recibe coherencia a través de categorías específicas de la autoestima. Dado que la autoestima es, como hemos visto, el modo en que procuramos hacer a nuestra autoimagen consciente adecuada para reci-

bir el sostén de los otros, se justifica esperar que, en general, no sentirse querible corresponde a criterios más rigurosos de autoestima, y viceversa. En otras palabras, toda diferenciación de los propios límites implica una comprensión ontológica (hasta qué punto el "mí" puede apreciar a su "yo" que experimenta), en la que el significado personal representa un procesamiento proactivo: un ordenamiento activo de redes de acontecimientos significativos relacionados, que genera una percepción del mundo capaz de desencadenar patrones recursivos de modulación emocional ("yo"), específicamente reconocibles como el propio sí-mismo ("mí"), unificado y continuo en el tiempo.

En virtud de esta naturaleza proactiva, el desarrollo del significado personal aparece como un proceso en espiral, a través del cual se despliega la tensión especial intrínseca en la dinámica de la mismidad: el "yo" que actúa y experimenta está siempre un paso adelantado en la apreciación de la situación, lo que hace posible percibir más que lo que uno experimenta, y experimentar más que aquello a lo que uno presta atención (Denner, 1978); por lo tanto, el "mí" es un proceso continuo de reordenamiento y reforma de la autoimagen consciente. Este procesamiento incesante (básicamente descrito por la afirmación de Mead [1934], en cuanto a que "el 'yo' de este momento está presente en el 'mí' del momento siguiente") se parece a una especie de "juego infinito", es decir, un juego en el que, siguiendo las propias reglas en una dimensión temporal interna distinta de la dimensión social-objetiva, se juega no tanto para ganar como para continuar jugando (Davis, 1983; Eigen y Winkler, 1981). Podemos entonces sostener que la irreductibilidad de la dinámica "yo"/"mí" (con su intrínseca comprensión proactiva) actúa como un "tira y afloja" básico, y en consecuencia el despliegue progresivo de los procesos de significado personal impone la direccionalidad generativa de todo ciclo vital individual.

Si ontológicamente el modo humano de "ser-en-el-mundo" consiste en buscar y crear significado (Smith, 1978a), de ser posible, dentro de la dimensión intersubjetiva que determina

la invariabilidad de la experiencia humana, identificar un conjunto posible de diferentes organizaciones de significado personal, de la misma manera que (para expresarlo con una analogía) se pueden identificar diferentes constituciones físicas sobre la base de la invariabilidad morfológica del cuerpo humano. Por lo tanto, un enfoque ontológico de la persona, orientado-hacia-los-procesos, debe conducirnos, en el análisis final, a una especie de ciencia del significado, con una gramática intrínseca de composición y recombinación que permita la clasificación de los diversos patrones de coherencia organizada que presentan los seres humanos en su búsqueda y creación de significado.

Los procesos autorreferenciales que subyacen al ordenamiento de una *organización del significado personal* (Org. S. P.) pueden resumirse como sigue.

Una Org. S. P. no debe interpretarse como una *entidad* definida por un contenido específico del conocimiento (por ejemplo, una creencia) sino como un *proceso ordenador unitario*, en el que se buscan la continuidad y la coherencia interna en la especificidad de las propiedades formales, estructurales, de su *procesamiento* del conocimiento (es decir, en la flexibilidad, la generatividad y el nivel de abstracción), más que en las propiedades semánticas definidas de los *productos* de ese conocimiento. Esto lleva a la adopción de una metodología orientada-hacia-los-sistemas/procesos, que puede identificar las reglas sintácticas profundas ("yo") capaces de crear una gama homogénea de representaciones semánticas superficiales ("mi") en concordancia con una interacción cambiante con el mundo. De este modo, la tensión esencial de la mismidad como un todo se encontraría en el foco de la atención del observador y, en consecuencia, el modo en que el "mi" puede reconocer y dar coherencia al "yo" percibido, sería el proceso ordenador unificador que organiza con coherencia los patrones de la actividad afectiva, motriz y cognitiva. El autoordenamiento de patrones diferentes de unidad organizativa del campo emocional (sobre la base de diferentes caminos de desarrollo) subyace en el despliegue de Orgs. S. P. consecuentemente distintas. La siguiente sección de este ca-

pítulo esbozará cuatro Orgs. S. P.: la "depresiva", la "fóbica", la "obsesivo-compulsiva", y la de los "desórdenes alimentarios". En la experiencia de la psicoterapia, durante los últimos veinte años, estas Orgs. S. P. han demostrado ser las más típicas y frecuentes (véase Guidano, 1987; Guidano y Liotti, 1983). En cada una de ellas, el ordenamiento inicial de guiones nucleares (como despliegue inicial de un camino de desarrollo específico) da origen, en el curso de las etapas de la maduración, a categorías básicas de significado personal (autoidentidad, verdad-falsedad, ecétera) que, a partir de la abstracción reflexiva del adolescente, crean una estructuración de la realidad capaz de producir pruebas de sostén para la propia apreciación activa del sí-mismo y el mundo.

Naturalmente, nuevas investigaciones realizadas en esta dirección, que incluyan la descripción de muchos subsistemas dentro de cada dimensión de significado, revelarán muy probablemente algunas otras dimensiones básicas del significado personal. Pero lo que aquí quiero señalar es que las Orgs. S. P. básicas posibles deben ser relativamente pocas, tal vez entre cuatro y seis, o a lo sumo nueve o diez. Por cierto, si damos por sentado que el significado personal refleja el patrón de la organización emocional y psicofisiológica, y tenemos presente la cantidad relativamente pequeña de emociones fundamentales que los seres humanos pueden experimentar (Ekman, Levenson y Friesen, 1983), vemos que las posibilidades de combinación y recombinación capaces de producir una autopercepción fiable, acompañada de un nivel aceptable de autoestima, deben ser más bien pocas. En otras palabras, ante la multiplicidad cambiante y la variabilidad de las posibles perturbaciones ambientales, un conjunto diferenciado de Orgs. S. P. representa las modalidades autorreferenciales por medio de las cuales la conciencia humana llega a ordenar esa multiplicidad y variabilidad de un modo coherente con su experiencia vital. Esta aptitud autoorganizadora para lograr coherencia en un ambiente dinámico (en el que el contexto de la estabilidad está en continuo cambio) puede encontrarse desde las etapas iniciales de la diferenciación de la mismidad. Por ejemplo, Main, Kaplan y Cassidy

(1985) han subrayado que, a pesar de la multiplicidad y variabilidad de las actitudes posibles del progenitor, hasta el momento ha sido factible delinear, con entera fiabilidad, tres patrones del apego central primitivo. Una vez más, si las organizaciones centrales primitivas son las expresiones de la aptitud autorreguladora y autoorganizadora de los procesos del apego, también ellas se verán limitadas en su número. Por cierto, las posibilidades de recombinación entre los módulos emocionales que pueden producir una reciprocidad emocional, que a su vez asegura un nivel aceptable de experiencia intersubjetiva, son asimismo necesariamente reducidas.

Sobre la base de estas premisas, y remitiendo al lector a obras anteriores en las que puede hallar un estudio más detallado (Guidano, 1987; Guidano y Liotti, 1983), podemos ahora esbozar los rasgos esenciales (por ejemplo, las pautas de reciprocidad tempranas, la diferenciación de los límites del sí-mismo, la dinámica "yo"/"mí") que caracterizan el desarrollo de las sendas de cada una de las Orgs. S. P. antes mencionadas.

#### SENDAS EVOLUTIVAS

##### *La organización depresiva*

##### *Patrones de reciprocidad temprana*

En esta organización, la tendencia de las relaciones de apego está marcada por una serie de acontecimientos cargados de afecto, que se prestan a ser percibidos por el niño como pérdidas, sean debidas a la pérdida real de un progenitor o a fracasos repetidos en el desarrollo de un apego seguro, en virtud de la desatención y/o rechazo de progenitores que no cuidan (Bifulco, Brown y Harris, 1987; Bowlby, 1980; Brown, 1982; Guidano, 1987; Parker, 1983a; Weissman y otros, 1987).

Como estrategia defensiva en respuesta al rechazo paternal, los niños presentan habitualmente patrones de apego evitativo (es decir, evitan activamente el contacto con los cui-

dadores) y una marcada reducción en las expresiones de malestar y de apego. Por una parte, las actitudes evitativas ayudan al niño a excluir activamente el procesamiento de información que desencadenaría el apego, precisamente para impedir la activación de conductas de apego que probablemente no serían correspondidas y por lo tanto suscitarían angustia e ira (Ainsworth, 1985; Bowlby, 1980). Por otro lado, al recurrir a dicha actitud, el niño puede excluir selectivamente del procesamiento consciente todo un conjunto de desaires sucesivos de los progenitores que no lo cuidan, previniendo de este modo una expresión directa de ira que haría aún más probable un rechazo adicional; la desconexión cognitiva de los rechazos percibidos, que reduce el nivel percibido de excitación, ayuda al niño a mantener estables sus pautas fluyentes de autopercepción ante la proximidad de una figura de apego (Main y Weston, 1982). Por cierto, en el caso de los niños evitativos existe una tendencia absolutamente característica a minimizar la experiencia del afecto angustiante por parte del niño, y una tendencia a reducir la importancia de la relación con los progenitores como fuente de consuelo y protección (Cassidy y Kobak, 1988).

Así, la experiencia de la soledad en los niños esquivos se ve acompañada por una especie de aptitud para el "autocuidado", sobre cuya base se sienten capaces de mantener un nivel aceptable de reciprocidad con los otros sólo si enmascaran, en el nivel de interacción directa, la modulación afectiva negativa percibida durante la interacción con los otros (Lutkenhaus, Grossman y Grossman, 1985). Esto implica una serie completa de despligues afectivos inadecuados en las situaciones sociales presentes que, casi inevitablemente, determinan una estabilización adicional de la misma experiencia de soledad que los provoca.

##### *La organización de los límites del sí-mismo*

Ya sea que la estructuren muertes o separaciones reales, o bien actitudes de falta de afecto y atención por los progeni-

tores, la experiencia de pérdida desempeña un papel constructivo en la organización de una pauta recurrente y estable de autopercepción ("yo"), susceptible de reconocerse y estructurarse en un sentido del sí-mismo ("mí") con límites estables.

*La organización del "yo".* La interdependencia recíproca entre la percepción de la pérdida y los sentimientos de desamparo/tristeza y cólera es una característica de la constitución biológica de los organismos que viven en una realidad intersubjetiva, como es el caso de los primates (Bowlby, 1973; 1980; Panksepp, 1988; Rosenblum y Pausly, 1987; Suomi, 1984). Hacer que sentimientos básicos como la desesperación y la cólera sean apreciables por medio de una clave perceptiva como una pérdida supone la activación de una modulación emocional (la aflicción) de gran importancia para la supervivencia y la adaptación; ella aumenta la cohesión del grupo mediante el fortalecimiento de los lazos existentes.

La posición central de la experiencia de pérdida durante la primera infancia se reflejará en la diferenciación selectiva y la unión de escenas prototípicas (extraídas de acontecimientos y situaciones experimentados repetidamente), que oscilan recursivamente entre polaridades emocionales opuestas, como el desamparo/tristeza y la ira. Por lo tanto, a la edad de tres años se empieza a estabilizar un conjunto recurrentemente oscilante de escenas nucleares. Por una parte, su oscilación rítmica puede producir una calidad de auto-percepción acompañada por reacciones psicofisiológicas específicas (alternancia continua entre cólera/*acting out* y tristeza/repliegue), y por otro lado autorregularse mediante la activación recurrente de sus tonalidades emocionales opuestas (contacto → cólera → tristeza → contacto). Dado que las escenas nucleares prototípicas se convierten en los ingredientes básicos de la conciencia infantil, el "yo" emergente comunica un sentimiento de sí irreductible, que refleja la experiencia que tiene el niño de su "ser en el mundo", es decir, de estar solo en un mundo totalmente poco fiable e incontrolable, en el que los esfuerzos y resultados se perciben como carentes

de relación; además, el mantenimiento de esta sensación interior mediante la regulación rítmica de opuestos sólo puede experimentarse a través de una sucesión continua de trastornos bruscos, tanto dentro del sí-mismo como en la realidad circundante.

*La delimitación del "mí".* Dado que la autorreconocibilidad resulta posible en virtud de la capacidad empática para asumir las actitudes de los otros seres significativos respecto de uno mismo, el perfil del "mí" que va a delimitarse invariablemente corresponde a una autoimagen negativa en la que la capacidad para ser querido y la valía personal están profundamente subestimadas. La experiencia de encontrarse en el centro de trastornos dramáticos se autorrefiere a través de la percepción de que uno es el agente causal de dichas experiencias. Así, por una parte, la estructuración de las categorías de atribución causal interna y propia responsabilidad, en un intento tendiente a dominar una realidad que desafía el control, va acompañada por una modulación de desamparo-tristeza; por otro lado, a través de la consiguiente actitud de cólera y autoacusación es posible recuperar por lo menos parte de este control, centrándose en los aspectos negativos del sí-mismo para circunscribirlos. Por lo tanto, la autoestima del niño coincide con la capacidad para realizar un esfuerzo encaminado a corregir su negatividad percibida, y de este modo mantener un contacto aceptable con los demás. La experiencia de soledad también añade una sensación de tener que confiar en uno mismo, tanto en la lucha contra el propio sí-mismo negativo como en la exploración del mundo circundante desconocido ("autoconfianza compulsiva", Bowlby, 1977).

En estos casos, las oscilaciones rápidas entre ira/*acting out* y desamparo/repliegue, acompañadas por las correspondientes oscilaciones en la percepción de la autoestima y las actitudes de autoacusación, son prácticamente la regla en la primera parte de los años preescolares, como si la realidad sólo pudiera entenderse a través de una serie de reacciones

alternas de rechazo e ira. En los primeros años de la infancia (entre los seis y los siete años), paralelamente con el crecimiento de la capacidad cognitiva y motriz, crece la aptitud para manipular activamente la inmediatez de la modulación emocional ("yo"), a fin de mantener coherentemente la evaluación del sí-mismo ("mí"), lo que permite al niño centrarse activamente en la modulación emocional intermedia, como para evitar exponerse a trastornos súbitos, mientras aún confirma y estabiliza el sentido actual del sí-mismo. Por lo tanto, a medida que se perfeccionan las aptitudes empáticas, la vergüenza como experiencia empática o sustitutiva del rechazo del sí-mismo por otro se vuelve gradualmente una tonalidad emocional más continua y penetrante, que aumenta la sensibilidad del niño ante la crítica, el desprecio y el rechazo, y en consecuencia también la posibilidad de que se anticipe a ellos (Izard y Schwartz, 1986; Lewis, 1986, 1988). A partir de la segunda etapa de la infancia, el niño estabiliza ciertos patrones estables de autopercepción, manteniendo constante la gama de los rechazos o fracasos percibidos por medio de una serie de autoengaños que funcionan como controles descentralizados. El estilo de evitación, que permite la reducción de la excitación emocional derivada de los acontecimientos interpersonales, va acompañado por una exclusión aún más selectiva y eficiente de la corriente crítica procedente del mundo interpersonal significativo. Además, el repertorio de actividades diversivas permite un cierto grado de control de la ira, reduciendo así adicionalmente las posibilidades de rechazo o fracaso. Por ejemplo, la frecuencia de las autolesiones (sobre la que también se ha informado en monos separados; Suomi, 1984), aparte de desviar la propia ira, que ya no se dirige a otros, también actúa como un autoestímulo emocional en una situación que reproduce las características de una privación sensorial parcial.

En la nueva senda evolutiva es la anticipación continua de la pérdida experimentada por el niño desamparado lo que funciona al mismo tiempo como proceso autorreferencial que confirma y estabiliza el propio sentido de su "ser en el mundo". A la vez, es el modo más efectivo de reducir la intensi-

dad de las emociones bruscas provocadas por pérdidas y rechazos, percibidos como seguros e inevitables.

Desde el final de la pubertad, y paralelamente con la aparición de nuevos niveles de autorreferencia reflexiva, la atribución causal interna que caracteriza al "mí" y la lucha por superar la negatividad se amplían considerablemente a lo largo de toda la adolescencia y la juventud, haciéndose cada vez más abstractas e independientes del contexto emocional inmediato, y originando un modo de ordenar la realidad más amplio y articulado.

#### *La dinámica "yo"/"mí" y la coherencia del sistema*

La dinámica de la mismidad en el fenómeno depresivo se basa en la tensión esencial entre la estructuración profunda e inmediata del mundo en términos de pérdidas, rechazos y fracasos ("yo"), y el reordenamiento explícito del mundo en términos del sí-mismo negativo y la atribución causal interna ("mí"), como estrategia autorreferencial esencial para reconocer y apreciar coherentemente la propia experiencia fluente.

Desde un punto de vista, la atribución causal interna que subyace a una autoimagen negativa hace posible restaurar la sensación del actor, de ser una persona que está centrando de nuevo la lucha por el control en el sí-mismo, más que en un mundo poco fiable. Desde esta perspectiva, el estilo atribucional depresivo descrito por el modelo reformulado del desamparo aprendido, en el que los acontecimientos incontrolables se atribuyen a características del sí-mismo de un modo estable y global (Abramson, Seligman y Teasdale, 1978; Seligman y Peterson, 1986), parece ser el proceso autorregulador primario para preservar la coherencia interna de un significado depresivo en la asimilación de la experiencia. En consecuencia, la estructuración de la realidad en términos de pérdidas y fracasos no debería considerarse sólo un rasgo anormal, como si consistiera exclusivamente en un tipo de afloramiento acumulativo y pasivo de esquemas pasa-

dos. Por el contrario, es una estrategia de conocimiento autónoma y creativa, en la que la generatividad y la novedad se basan en la construcción activa de un sentido creciente de la inaccesibilidad de la realidad. En realidad, si una atribución negativa externa estable se acoplara a una modulación emocional constante en términos de desamparo/ira ("yo"), el "mi" apreciable sería percibido solamente como un objeto desamparado a merced de una realidad adversa e impredecible; un sentido más definido del "mi" como un agente activo resultaría entonces posible sólo a través de la estructuración de una delusión persecutoria y horrible de estar viviendo en un mundo hostil.

Desde otro punto de vista, la oscilación rítmica entre ira/activación-motriz y desamparo/desaceleración-motriz se experimenta como un conjunto de cambios abruptos y contrastados en la autopercepción continua, percibidos, casi siempre, en rápida sucesión en la misma situación. Estas inversiones percibidas en la experiencia inmediata son reconocidas y se intenta hacerlas congruentes variando la intensidad y calidad de la atribución causal interna al sí-mismo negativo, desencadenándose eventualmente inversiones igualmente abruptas (en el sentido de la autoestima) en el curso de una situación dada. Así, dentro de la misma situación, el sentido inmediato de ser no querible e indigno puede percibirse como algo contra lo que se puede luchar con vigor y eficacia, con el sentimiento de que el propio valor personal depende en realidad de una lucha de ese tipo (ira y activación motriz). Pero, momentos más tarde, los mismos rasgos negativos pueden percibirse como ingredientes intrínsecos, inevitables, del sí-mismo, ante lo que la única actitud coherente es una autoacusación, con la consiguiente desactivación de toda actividad en curso (desamparo y desaceleración motriz). Esta alternancia continua de los sentimientos, elegidos o impuestos por el mismo destino, tan característica del significado depresivo, también es evidente, a nuestro juicio, a nivel microgenético (Draguns, 1984), cuando se intenta rastrear patrones que aparecen superpuestos en el desarrollo de un ciclo vital completo, recurriendo a las aptitudes

cognitivo-emotivas simples y discretas. Por ejemplo, las personas depresivas, en comparación con otras, tienden a presentar reacciones iniciales más consistentes ante estímulos de alerta emocionalmente significativos, seguidas del repliegue y la desaceleración del procesamiento afectivo a medida que el estímulo real se aproxima (Yee y Miller, 1988). De modo análogo, en las pruebas de reconocimiento aplicadas a los procedimientos de inducción de estados de ánimo negativos, los depresivos presentan un despliegue que alterna entre contenidos tanto de euforia como de *disforia* (Small y Robins, 1988).

Evidentemente, entonces, el aspecto esencial que transforma la dinámica "yo"/"mi" del significado depresivo en un proceso abierto es el hecho de que el reordenamiento de las pérdidas percibidas en términos de atribución interna está siempre un paso atrás de la experiencia de la realidad en términos de pérdida. Esto se refleja en la sorprendente tendencia del depresivo a crear en su red social y cultural una serie de hechos susceptibles de estructurarse en términos de pérdidas y fracasos. En consecuencia, la direccionalidad ortogénica que determina el despliegue del significado depresivo debe identificarse (en términos de progresión positiva) con una diferenciación e integración continuas del tema de la pérdida, acompañadas por la evolución de la capacidad para la autorreferencia positiva a niveles cada vez más abstractos, hasta el punto en que el individuo experimenta la pérdida como una categoría de la experiencia humana, y no ya como un destino personal de soledad y rechazo. Es innecesario decir que ese punto debe considerarse más una especie de progresión normativa "ideal" que una meta afectiva que haya que alcanzar en una fase u otra del ciclo vital individual.

### *La organización fóbica*

#### *Los patrones de la reciprocidad temprana*

A pesar de su diversidad, el aspecto invariable que carac-

teriza los patrones del apego paternal en esta organización consiste en una inhibición *indirecta* de la conducta exploratoria autónoma del niño, ya sea a través de la sobreprotección o de la falta de disposición de los progenitores para constituirse en una base segura. En lo que al niño se refiere, el aspecto invariable consiste en el hecho de que nunca siente que su capacidad para ser querido o su valía personal se pongan en entredicho. En el patrón sobreprotector siente que su libertad de movimientos queda restringida porque se le ama demasiado, pero es él mismo quien, a causa de una suerte de exceso de celo, toma la iniciativa de mantenerse en contacto estrecho con los padres, y se abstiene de investigar el mundo circundante (Arindell, Emmelkamp, Monsma y Brilman, 1983; Bowlby, 1973, 1983, 1988; Parker, 1979, 1983b).

En otras palabras, el modo indirecto en que se realiza la inhibición representa la variable crucial, y en consecuencia el sentirse limitado en la propia libertad de movimiento sólo puede experimentarse como algo que es necesariamente parte de una relación de apego susceptible de ser percibida como estable y "segura" (Guidano, 1987, 1988; Guidano y Liotti, 1983, 1985). Sin duda, la experiencia que tiene el niño de su "ser en el mundo" está específicamente condicionada, desde el principio mismo, por esta estipulación. Por una parte, la interferencia con las tendencias innatas a la exploración ambiental autónoma va acompañada por un grado apreciable de zozobra emocional que, además de intensificar la búsqueda de proximidad con una figura de apego, crea un verdadero apego angustioso; es decir, que el niño se siente protegido del ambiente percibido como peligroso sólo cuando está en estrecho contacto físico con un cuidador (actitud de aferramiento). Por otro lado, el carácter indirecto de esta interferencia le impide percibir esa angustia como procedente de las intenciones de los padres relacionadas con la crianza, y por lo tanto como algo referible a sus propias actitudes o calidades emocionales; de este modo, el niño no puede localizarla dentro de su experiencia subjetiva emergente. En consecuencia, la zozobra emocional se experimenta como locali-

zada en los aspectos físicos del sí-mismo, y el niño adquiere la capacidad de controlarla excluyendo selectivamente cualquier modulación de la excitación que, con independencia de su contenido emocional, exceda su rango percibido de estabilidad.

No obstante, el control del malestar corporizado mediante la exclusión de toda modulación de la excitación corre paralelo con un sentimiento penetrante de poca capacidad en el manejo de los propios estados emocionales. Todo esto conduciría a una posterior reducción del rango percibido de estabilidad si no se viera contrarrestado por una actitud sobrecontroladora hacia el ambiente, que excluye toda iniciativa capaz de reducir la proximidad hacia una figura protectora, percibiendo toda posible novedad como un peligro potencial. Se deduce que una actitud de este tipo trae consigo una reproducción continua de sentimientos de restricción y limitación, y concluye con la estabilización de la experiencia de un sí-mismo en peligro y angustiado del cual ella depende.

#### *La organización de los límites del sí-mismo*

En una senda evolutiva caracterizada por el control excesivo del malestar percibido a través del cuerpo, la diferenciación de la mismidad se realiza según patrones un tanto específicos.

*La organización del "yo".* La inhibición de la exploración autónoma se refleja en la diferenciación selectiva y la unión unitaria de escenas prototípicas, en las que el apego y la separación, más que regularse recíprocamente y desarrollarse paralelamente, son experimentadas como situaciones en las que se excluyen entre sí; esto equivale a percibir toda separación temporal de una figura protectora como un peligro inminente, para sentirse inmediatamente restringido y delimitado en cuanto se restablece el contacto físico con esa figura. De modo que, más o menos a la edad de tres años, el ordenamiento de las escenas nucleares oscilantes y repetidas

referidas a la exclusión recíproca de la protección y la autonomía origina un patrón autorregulador de la autopercepción, en la que la necesidad sentida de libertad e independencia va acompañada por la percepción angustiada de un mundo peligroso, en el que el único modo posible de ser es ser protegido con amor.

El miedo y la angustia experimentados en la oscilación de la excitación corporal se convierten en los ingredientes principales del "yo" emergente, que orientan selectivamente un procesamiento perceptivo-cognitivo que fluye hacia una decodificación "sensorial" de toda modulación emocional, como para prevenir cualquier oscilación de la excitación que pueda exceder el propio rango de estabilidad percibida.

*La delimitación del "mi".* Si bien el sentido de continuidad que tiene el sujeto se basa en la experiencia del control de la modulación de la excitación provocado por la oscilación rítmica de las tonalidades emocionales negativas (es decir, angustia/necesidad-de-protección y necesidad-de-libertad/miedo), las actitudes paternas sobreprotectoras inclinan la autorreconocibilidad hacia una demarcación positiva del "mi". Gracias a la capacidad para estabilizar la propia excitación que fluye por medio de una sintonía selectiva de los aspectos sensoriales de la experiencia emocional (es decir, de las emociones sentidas a través del cuerpo), el niño se vuelve capaz de apreciarse como querible y valioso. En el nuevo perfil del "mi", la emocionalidad y la conducta efusiva son equiparadas a la fragilidad y debilidad, y en consecuencia son excluidas del rango emocional percibido. Puesto que las emociones controlables se identifican con la modulación sensorial controlable, las dimensiones de la experiencia subjetiva personal quedan un tanto reducidas desde el principio, y la autoestima y la propia capacidad se relacionan estrechamente con el autocontrol. Esta apreciación del sí-mismo cobra coherencia atribuyendo la necesidad sentida de protección a una causa externa negativa estable (es decir, a un mundo "objetivamente" peligroso), y explicando la propia ac-

titud sobrecontroladora en términos de la necesidad de libertad e independencia.

A medida que avanza la infancia, el niño pasa a ser más capaz de mantener, dentro de un nivel aceptable, toda modulación discrepante de la excitación conectada con experiencias angustiosas de soledad (necesidad de protección) y restricción (necesidad de libertad). Orientando la atención hacia las claves sensoriales de los sentimientos, y absteniéndose de procesar otros aspectos emocionales pertinentes para su subjetividad, el niño puede lograr un equilibrio dinámico y constante siguiendo patrones específicos de control descentralizado con autoengaños, mediante: (1) la exclusión progresiva de todo flujo sensorial capaz de activar la necesidad de libertad e independencia, que invariablemente desencadenaría la angustia de soledad; y (2) la estructuración de un repertorio de perturbaciones somáticas y viscerales, que actúan como actividad diversiva para mantener la proximidad a figuras protectoras sin tener que descodificarla como una restricción.

En consecuencia, en una senda evolutiva de este tipo, muchas piezas de guiones nucleares cargados de afecto no son reordenadas y transformadas adecuadamente en un contenido cognitivo semántico. Es probable que la activación de esos guiones se exprese a través de patrones de reacción excitativo-motrices y esto establezca luego la tendencia existente a referir las propias emociones a las modificaciones corporales percibidas. El miedo y la angustia siguen siendo así los sentimientos más estructurados y fácilmente reconocibles dentro del propio rango emocional percibido, por lo que resulta indispensable buscar el propio autocontrol mediante el logro de una proximidad segura a las figuras protectoras.

Finalmente, a partir de la adolescencia, la aparición de nuevos niveles de autorreferencia permite un reordenamiento más abstracto de la actitud sobrecontroladora del "mi". La oscilación rítmica entre experiencias emocionales opuestas ("yo") va acompañada por la sensación de ser un agente controlador ("mi"), y por la actitud evaluada como autoconfianza

(si se basa en la confirmación de la propia aptitud para encontrar otras figuras protectoras en las nuevas circunstancias posibles —necesidad de protección—), o como autonomía e independencia (si se basa en la confirmación de la propia aptitud para controlar las relaciones interpersonales capaces de proporcionar un sentido adecuado de protección —necesidad de libertad—).

#### *La dinámica "yo"/"mí" y la coherencia del sistema*

La personalidad fóbica reposa sobre la tensión esencial entre la necesidad profunda e inmediatamente experimentada de afianzar relaciones afectivas seguras ("yo"), y el reordenamiento explícito en los términos de un agente controlador ("mí"); esto hace al individuo incapaz de dominar los aspectos existenciales y emocionales intrínsecos al ámbito afectivo humano.

Por un lado, una autoimagen explícita, cuya positividad se basa en el sobrecontrol emocional y la exclusión, entraña la tendencia a asumir una actitud atributiva interna respecto de la propia experiencia inmediata, en la que a los sentimientos y emociones se los considera externos al sí-mismo. Por lo tanto, los procedimientos de control se basan en una prevención o evitación casi automática de las emociones, y no en su comprensión en términos de significado personal (Guidano, 1987, 1988; Guidano y Liotti, 1985).

Por otro lado, la oscilación rítmica entre angustia/necesidad-de-protección y necesidad-de-libertad/miedo implica una tendencia a reaccionar en exceso, con elevada intensidad emocional, a variaciones incluso mínimas en el propio equilibrio afectivo. Esto puede ocurrir particularmente ante las amenazas de desvinculación (aunque sean imaginarias) respecto de las figuras protectoras, y a la inversa, ante cualquier aumento de la participación emocional en una relación afectiva en curso, que pueda ser percibido como una limitación de la propia libertad de acción. Pero la misma actitud de control excesivo hace que el "mí" no discrimine ante las

emociones experimentadas ("yo"), hasta el punto de que puede sentir las solamente como malestar físico, ya sea como necesidad de protección o como miedo a la restricción. De hecho, es sabido que siempre que existen dificultades en el uso de una estructuración cognitiva apropiada para descodificar la propia modulación emocional en curso, ésta es experimentada como ajena, negativa, y más o menos dolorosa (Bowlby, 1985; Marshall y Zimbardo, 1979; Maslach, 1979).

Es entonces evidente que la generatividad de la dinámica fóbica "yo"/"mí" reside precisamente en el intento de controlar una emoción hasta el punto de excluirla de la autoimagen explícita, pero sólo tras haberla experimentado. Establecer nuevos lazos afectivos, cortar los antiguos o percibir una soledad o restricción crecientes en las relaciones significativas puede desencadenar fácilmente experiencias emocionales, cuyo control requeriría autoexplicaciones más complejas que las que permite la actitud de control emocional en curso. No obstante, por medio de la asimilación e integración de estos desequilibrios, en un significado fóbico puede producirse una diferenciación progresiva del rango percibido de emociones personales, y finalmente llegarse a equilibrios más articulados y amplios entre sus necesidades opuestas centrales.

#### *La organización de los desórdenes alimentarios*

##### *Los patrones de la reciprocidad temprana*

A pesar de la diversidad entre distintos casos, las relaciones de apego se caracterizan por ciertos aspectos invariables que convergen para desencadenar una experiencia específica en la mismidad que se está desplegando en el niño, combinándose en una secuencia unitaria en el curso de la maduración (Guidano, 1987, 1988). El estilo del vínculo paternal es por lo general ambiguo e indefinido, y habitualmente contradictorio. Por una parte, los progenitores se definen como completamente consagrados al bienestar y la educación de sus hijos; por la otra, su conducta apunta a obtener la confir-

mación de esa imagen por otros antes que a satisfacer la necesidad concreta que tienen los niños de bienestar y sostén emocional. Por lo tanto, las madres, aunque muy preocupadas por el niño, no obtienen placer alguno con la crianza, y el autocontrol prevalece sobre el cuidado y la ternura (Selvini Palazzoli, 1978). La desatención maternal selectiva a las señales del niño causa la interferencia en las pautas rítmicas y sincrónicas de la sintonía recíproca desde el comienzo mismo de la interacción madre-niño (Chatoor, 1989; Chatoor, Egan, Getson, Menvielle y O'Donnell, 1988). La dificultad que encuentra en abstraer regularidades autorreferenciales significativas en la conducta de los cuidadores impide que el niño estructure su flujo sensorial en una corriente organizada de ritmos psicofisiológicos repetidos. Aparte de los ritmos corporales primitivos conectados con el hambre y la motilidad, muchos otros siguen desregulados y desincronizados, puesto que no pueden establecerse interconexiones adecuadas con sentimientos y patrones motrices básicos. En consecuencia, los procesos de autorreconocimiento sólo pueden originar un sentido desdibujado del sí-mismo y, en vista de la estrategia de crianza esencial de los progenitores, que consiste en la anticipación o redefinición constante de los sentimientos del niño, éste desarrolla fácilmente un sentimiento profundo e impregnante de desconfianza en el reconocimiento de sus estados interiores en curso. Diversos factores (la desregulación del ritmo, el parentaje intrusivo, etcétera) interfieren en la percepción naciente de que se es una entidad distinta de otras personas, y el niño sólo puede lograr su autorreconocimiento, y por lo tanto una pauta razonablemente estable de autopercepción, a través de un vínculo intrincado con una figura de apego (Minuchin, 1974; Minuchin, Rosman y Baker, 1978).

Dado que el niño, para lograr un sentido del sí-mismo estable y definitivo, debe satisfacer las expectativas de una figura de apego percibida como modelo absoluto, es obvio que toda reapreciación de esa figura sólo puede experimentarse como una excepción tan intensa que pone en cuestión su autoimagen ya establecida. De este modo, el cambio "fisiológi-

co" de la imagen de los progenitores (esto es, la relativización que resulta de asumir una perspectiva conceptual más abstracta), provocado por la maduración de las aptitudes cognitivas reflexivas, vuelve a desencadenar la aparición de una experiencia inmediata desdibujada y vacilante, que convierte en problemático el logro de un sentido estable del sí-mismo. No obstante, dado que un vínculo intrincado con una figura significativa sigue siendo la estrategia esencial para obtener una autoimagen definitiva, el problema pasa a consistir en hallar pares fiables sin correr el riesgo de otros posibles fracasos y decepciones.

#### *La organización de los límites del sí-mismo*

En una situación de desarrollo caracterizada por una pobre delimitación entre el sí-mismo y los otros, la diferenciación de la mismidad puede delinearse como sigue.

*La organización del "yo".* La desregulación/desincronización de los primeros ritmos va acompañada por un ordenamiento relativamente indiferenciado de la modulación psicofisiológica, que crea una experiencia del sí-mismo angustiada y profundamente desdibujada. Además, la reiteración de las escenas nucleares relativas al no reconocimiento o no confirmación de cualquier expresión de sentimientos y pensamientos autónomos crea la estructuración selectiva de conjuntos opuestos de escenas prototípicas, más bien indiferenciadas y laxamente interconectadas. Como resultado, el sentimiento inmediato del sí-mismo vacila continuamente entre la experiencia de estar "ligado externamente" en el reconocimiento de los propios estados internos (en lo que el sentido obtenido de la individualidad va acompañado por un sentido de ineficacia personal), y la experiencia de estar "ligado internamente" en la definición de la propia modulación emocional en curso (el sentido percibido más intenso de la individualidad está entremezclado con un sentimiento de vacío y de propia desconfianza). Así, la ineficacia personal y un sentido

de vacío, continuamente suscitados por una experiencia vacilante del sí-mismo, se convierten en los principales ingredientes del "yo" emergente y, cuando la atención del niño se sintoniza selectivamente con claves interpersonales, termina originando una confianza excesiva en los marcos externos de referencia.

*La delimitación del "mí".* El reordenamiento de la propia experiencia inmediata en un sentido definido del sí-mismo se realiza en concordancia con los marcos externos de referencia. De allí que la autorreconocibilidad finalmente coincida con las expectativas percibidas de una figura de apego, y el perfil del "mí" queda reflejado en la correspondiente autoimagen capaz de adecuarse a dichas expectativas. Por lo tanto, como el problema es extraer un sentido definido del sí-mismo a partir de las actitudes y juicios de los otros, el perfeccionismo proporciona una solución óptima. En consecuencia, el "mí" se enmarca con normas de perfección tan absolutas como convencionales, y el intento de satisfacerlas se considera el modo más fiable de lograr un nivel aceptable de autoestima y de percepción del propio valor.

El tipo de evaluación de la decepción restringe el rango de autoexposiciones y autoconfrontaciones, y define la orientación dominante de la atribución causal (es decir externa, no interna), incluso aunque tal orientación, que procede de una experiencia inmediata desdibujada y vacilante, no deja de tener márgenes vagos y laxos. Que prevalezca una orientación externa y no interna depende de la medida en que la evaluación de la decepción prototípica sea "descubierta" activamente (es decir, experimentada como resultado de la propia actividad), y no "aceptada" pasivamente (como una imposición experimentada a adaptarse a un acontecimiento abrumadoramente angustiante) (Beattie-Emery y Csikszentmihalyi, 1981; Guidano, 1987).

En el caso de una orientación externa, el "mí" percibe principalmente a los otros como engañosos e intrusivos; la lucha enérgica contra una realidad engañosa mediante el despliegue vigoroso de actitudes positivas, controladas, auto-

suficientes, se convierte en el medio esencial para mantener por debajo de los límites aceptables el profundo sentimiento de ineficacia y vacío. Este estilo de la atribución, que implica patrones corporales y motrices más activos, puede dar origen, si no está equilibrado, a desórdenes anoréxicos típicos.

No obstante, en el caso de la orientación interna, el "mí" se centrará en restringir el efecto angustiante de las disconfirmaciones esperadas, atribuyéndolas a rasgos específicos y concretos del sí-mismo más que a los sentimientos de ineficacia y vacío personales que impregnan la propia experiencia inmediata. Cuando no está equilibrado, este estilo de la atribución, que implica patrones corporales y motrices más pasivos, puede ser la fuente de desórdenes bulímicos y de obesidad.

Por lo tanto, a partir del fin de la infancia, un "yo" desdibujado y vacilante se reordena en una autoimagen cuya capacidad y valía dependen del equilibrio que se ha podido establecer entre la necesidad absoluta de ser aprobado por los otros seres significativos y el miedo amenazante a ser invadido o defraudado en las relaciones significativas. Por una parte, la adhesión a normas absolutas asociadas con el sentido común cotidiano produce una imagen del sí-mismo como fiable y valioso, en virtud de la aptitud percibida para manipular en beneficio propio los juicios de los otros. Por otro lado, evitar la autoexposición y la autoconfrontación permite recuperar la individualidad y la delimitación respecto de los otros en la propia autoimagen, por medio de la capacidad percibida para controlar la intrusividad y el engaño de los otros.

Es claro que una actitud de este tipo implica la exclusión selectiva de toda entrada sensorial que pueda interferir la sintonía con normas absolutas, o acrecentar la autoexposición, dado que en ambos casos resultan más probables las disconfirmaciones desafiantes de la propia autoimagen. En consecuencia, el rasgo más llamativo del significado personal de los desórdenes alimentarios es la actitud vaga y continuamente oscilante del "mí" hacia el "yo"; es decir que la atribu-

ción oscilante e insegura de la causalidad respecto de los propios sentimientos y de la modulación interior se autorregula de tal modo que la actitud perfeccionista está protegida del impacto directo de las disconfirmaciones mediante la estructuración paralela de pautas muy específicas de autoengaño. Tanto la oscilación de la atribución como la confianza excesiva en los marcos externos de referencia hacen de hecho posible que emerjan en la conciencia sentimientos percibidos cuya interconexión con las otras emociones, imágenes y pensamientos conscientes del momento es sólo laxa y vaga. Esta capacidad para manejar los aspectos diferentes y a menudo contrastantes de la conciencia, evitando conectarlos, impide a su vez que el "mí" se dé cuenta completamente de lo que el propio "mí" realmente sabe. De este modo se abre una variedad de posibilidades para los mecanismos automanipulativos, destinados a mantener la propia autoestima percibida; por ejemplo, se vuelve posible afirmar en un momento que uno se siente presa del miedo y en el momento siguiente que nunca se experimenta miedo gracias al poder de la voluntad. Además, esto ni siquiera es percibido como una discrepancia, dado que no se trata tanto de hacer coherente la experiencia inmediata actual como de una búsqueda continua de una "coherencia de la apariencia" que estabilice la propia autoimagen. Asimismo, la modulación de ritmos corporales básicos, como el hambre y la motilidad, proporciona la única posibilidad para una autopercepción fiable dentro de una experiencia inmediata en continua vacilación; por lo tanto, las variaciones de la conducta alimentaria y motriz actúan como actividades de distracción, que reducen la probabilidad de que entren en la conciencia sentimientos desafiantes de vacío y/o ineficacia.

Finalmente, a causa del papel que desempeñan los aspectos formales y estéticos para hacer congruente la apariencia, la posibilidad de tener una imagen corporal inaceptable es el modo esencial de corporizar sentimientos de ineficacia y vacío, una vez que éstos ya han sido suscitados por confrontaciones inevitables e impredecibles. Los patrones anoréxicos más activos luchan contra esta imagen de fracaso mediante el excesivo control de los impulsos biológicos. El patrón obe-

so, por el contrario, al tratar de circunscribir un fracaso esperado, tiende a renunciar a la lucha.

### *La dinámica "yo"/"mí" y la coherencia sistémica*

La tensión esencial que subyace a la dinámica de la mismidad en el significado de los desórdenes alimentarios es fácilmente rastreable hasta su origen en la demarcación laxa e indefinida respecto de los otros. La necesidad profunda e imperiosa de una intimidad sostenedora para experimentar un patrón perfectamente estable de autopercepción continua en el tiempo ("yo"), va acompañada por su reordenamiento explícito como una autoimagen capaz y valiosa ("mí"), cuyo carácter absoluto, si bien es el requisito percibido para alcanzar la intimidad sostenedora, requiere una reducción casi total de la automostración reducción, que prácticamente excluye toda intimidad.

Entonces, para evitar cualquier compromiso afectivo definido y la autoexposición (con el riesgo de juicios negativos capaces de cuestionar las normas establecidas para la autoimagen), hay todo un repertorio de estrategias relacionales que apunta a obtener a priori del compañero la garantía absoluta de una intimidad sostenedora. No obstante, en el caso improbable de que de este modo se lograra esa garantía externa, no habría manera de satisfacer la necesidad imperiosa de experimentar un sí-mismo "con cimiento interior"; como lo ha dicho Pirandello en su famosa obra de teatro *Las reglas de juego*, el espejo habitualmente refleja sólo el modo en que nos ven los otros, el modo en que se espera que nos comportemos, en que somos obligados a comportarnos, y difícilmente lo que realmente somos. De modo que, en la mayoría de las situaciones, un estilo afectivo caracterizado por la ambigüedad, la indefinición y la constante "puesta a prueba" del compañero suele crear las mismas críticas y decepciones que se desean evitar.

Sin embargo, la asimilación e integración de estos sentimientos angustiosos, al desencadenar posteriores reordena-

mientos del "mí", permiten reconocer marcos internos de referencia en el "yo" para organizar patrones más fiables, estables, de la autopercepción. En otras palabras, en la direccionalidad "ideal" generativa, de un significado de los desórdenes a lo largo del ciclo vital, la delimitación progresiva respecto de los otros (con la consecuente relativización de esos otros) va acompañada por un sentido creciente de individualidad y autonomía personal.

### *La organización obsesivo-compulsiva*

#### *Los patrones de la reciprocidad temprana*

El rasgo esencial de la organización del significado obsesivo es la combinación unitaria que, en el niño en desarrollo, adquiere dos aspectos que pueden considerarse invariables: en primer lugar, una experiencia inmediata que fluye, en términos de sentimientos intensos y antitéticos que aumentan la necesidad de un procesamiento emocional/análogo; en segundo término, una primacía otorgada al procesamiento verbal/analítico, que finalmente reduce las posibilidades reales de una descodificación emocional viable.

En estos casos, la conducta de parentaje asume todas las características de un vínculo de apego bifronte verdaderamente ambivalente, en el que las actitudes ocultas de rechazo quedan disfrazadas por una fachada exterior de absoluta devoción y preocupación. La *simultaneidad* de las actitudes antitéticas de los progenitores parece ser la variable crucial, dado que eventualmente adopta la forma de una situación de "doble ligazón", es decir, de un escenario comunicativo en el que toda comprensión disponible es inevitablemente experimentada por el niño como probablemente errónea (Bateson, Jackson, Haley y Weakland, 1956; Sluzki y Veron, 1976). Mientras la imagen de un progenitor aparentemente generoso y permisivo en exceso va acompañada por una modulación emocional que transmite un sentimiento de fiabilidad en el propio "ser en el mundo", la experiencia simultánea del mis-

mo progenitor como exigente, controlador y rechazante desencadena una modulación emocional opuesta, en la que la propia inaceptabilidad percibida se mezcla con sentimientos de cólera y hostilidad. En otras palabras, la falta de control percibida por el niño se podría parafrasear diciendo que las experiencias "él o ella me ama; yo soy querible", y "él o ella no me ama; yo no soy querible" tienen idénticas pruebas a su favor, y explican igualmente bien la misma relación de apego en curso.

De este modo, la estructuración de una modulación psicofisiológica caracterizada por una oscilación abrupta y repetitiva entre sentimientos antitéticos corre paralela a la aparición de patrones escindidos de autorreconocimiento que, por ser mutuamente excluyentes, reducen la posibilidad de organizar patrones unitarios de autopercepción. En general, las actitudes de los padres esbozan una dimensión intersubjetiva altamente verbal y subactiva desde el punto de vista motor (Adams, 1973), es decir un predominio casi absoluto de las explicaciones racionales y los procedimientos de razonamiento analítico por encima de las formas inmediatas de comunicación (intercambios emocionales positivos o negativos, juegos y actividades físicas, espontaneidad, etcétera). La necesidad continua de adherirse explícitamente a un orden externo establecido de reglas y principios absolutos origina un ambiente irrazonablemente exigente para el niño, y en última instancia se convierte en un instrumento que permite a los progenitores obtener un control prácticamente total de la conducta o las emociones de la criatura (Clark y Bolton, 1985; Salzman, 1973). De este orden establecido al final se excluyen los sentimientos y la expresión emocional mediante un procedimiento característico: no se trata de que los sentimientos deban controlarse, sino más bien de que no sean experimentados en absoluto. Dado que los sentimientos, por su misma naturaleza, una vez suscitados son inevitables e ineludibles, es probable que cualquier modulación emocional sea experimentada por el niño como profundamente incontrolable lo que estabilizaría aún más su orientación hacia la dimensión verbal/analítica.

### *La organización de los límites del sí-mismo*

*La organización del "yo".* El ensayo rítmico de escenas nucleares relativas a situaciones ambivalentes y dilemas irresolubles percibidos tácitamente va acompañado por oscilaciones recurrentes y abruptas entre sentimientos antitéticos y percepciones opuestas e incompatibles del sí-mismo. Los patrones de autorreconocimiento, estructurados sobre la base de dichas oscilaciones, delinean una experiencia "bifronte" del sí-mismo, alternativamente percibida como un profundo sentimiento de ambivalencia o como un miedo angustioso a lo incontrolable. Entonces, la ambivalencia y lo incontrolable, que frecuentemente aparecen como *insights* bizarros y atemorizantes sobre uno mismo, se vuelven los principales ingredientes del "yo" emergente, sintonizando selectivamente los recursos disponibles del niño con una búsqueda "cognitiva" de coherencia/certidumbre y control.

*La delimitación del "mí".* El reordenamiento de una experiencia inmediata ambivalente y antitética para dar lugar a un sentido definido del sí-mismo es causado por la diferenciación de patrones opuestos de autopercepción y por la selección activa de uno de ellos como autoimagen. El criterio para el autorreconocimiento corresponde entonces al del orden establecido externo percibido, y el perfil del "mí" es aceptable en la medida en que logre excluir del procesamiento una gran parte de la experiencia inmediata en curso. En otras palabras, mientras, por ejemplo, un "mí" depresivo va acompañado por un conjunto de autoimágenes posibles que se basan en las polaridades del desamparo y la ira, el "mí" obsesivo se ve obligado a apoyarse a cada momento en *sólo una* de las polaridades, es decir que es querible y aceptable, o ninguna de ambas cosas. Limitado adicionalmente por un pobre desarrollo de la comprensión analógica/tácita, el niño se vuelve selectivamente desatento a la modulación emocional que le proporciona su experiencia inmediata, prefiriendo las aptitudes intelectuales y lingüísticas hasta el punto de hacer de ellas el instrumento esencial de toda comprensión.

En comparación con la ambivalencia percible de las imágenes y emociones, los procesos verbales parecen más coherentes y fácilmente controlables, dado que su presentación digital-secuencial permite la distribución de la información en dos polos opuestos claramente diferenciables, lo que facilita la selección del correcto.

Por lo tanto, los patrones del control descentralizado para mantener la propia autoimagen seleccionada se basarán en esta "primacía verbal". Por una parte, la exclusión selectiva de la fantasía, la imaginación, las emociones y los impulsos libres reduce sustancialmente la aparición en la conciencia de los sentimientos ambivalentes; además, todo un repertorio de actividades diversivas, por medio de la modulación emocional continuada, aparta la atención selectiva del procesamiento posterior. Estas actividades adoptan la forma de pensamientos, (meditaciones, dudas, etcétera), conectados muy a menudo con conductas estereotipadas (rituales), dado que en la etapa concreta de la infancia las pautas motrices son los medios prevalecientes para controlar el despliegue de las aptitudes cognitivas.

La aparición de sentimientos mezclados, ambivalentes, que continúa produciéndose, se hace congruente por medio de la estructuración de una actitud opuesta del "mí", que siente y piensa exclusivamente a través de categorías de opuestos, pasando de una a otra en términos de "todo o nada", de modo que, a menos que la percepción de certidumbre vaya acompañada por un sentido del control total, el "mí" tiende a percibir una falta total de control (Salzman, 1973). La actitud de "todo o nada" del "mí" encarna un procedimiento autorreferencial que percibe una identidad unitaria a partir del "yo" bifronte que experimenta; en cualquier situación, de hecho, un código de "todo o nada" da acceso a una percepción congruente, y en consecuencia cierta, del sí-mismo y la realidad, con la única diferencia de que en un caso será positiva y en el otro negativa.

La atribución de causalidad variará en un estilo de "todo o nada" según sea el tipo de evaluación del "mí". En la dimensión positiva, prevalecerá una atribución causal externa,

y la necesidad de certidumbre se expresará mediante una actividad constante que apunte a prever y anticiparse a cualquier posible acontecimiento inesperado creado por una realidad que engaña y no es digna de confianza. En la dimensión negativa, a la inversa, el sentido profundo de una negatividad intrínseca e incontrolable del sí-mismo es el medio esencial por el que una atribución causal interna intenta controlar sentimientos ambivalentes y perturbadores desencadenados por la experiencia discrepante actual.

En un camino del desarrollo en el que la certidumbre de la propia identidad percibida se adquiere a través de la exclusión de la propia vida emocional, el compromiso con la certidumbre en cualquier área de la experiencia se convierte en el procedimiento esencial para mantener una autopercepción unitaria y fiable. Como se equipara la percepción de una identidad unitaria a la certidumbre percibida de tener el control total de uno mismo, la confianza excesiva en el pensamiento, en la fluidez verbal y en la habilidad lingüística pasa finalmente a convertirse en una actitud selectiva para mantener el nivel del procesamiento emocional dentro de límites estrechos. Considerando sólo los aspectos racionales y lógicos de la propia modulación emocional en curso como dignos de atención y de un procesamiento posterior, se vuelve realmente posible excluir los sentimientos ambivalentes (que cuestionarían la autoimagen seleccionada), y sentimientos como la hostilidad, la ira y la sexualidad, capaces de desencadenar un sentido perturbador de vergüenza, incompetencia y menosprecio.

La búsqueda constante de la certidumbre de que uno tiene el control total de sí mismo va acompañada por una actitud perfeccionista, derivada de la adhesión continua a un conjunto rígido de normas y reglas morales. No obstante, se trata de un "perfeccionismo no específico", que pocas veces se actualiza en los propios programas vitales, pues el sentido de ser una persona positiva y fiable depende casi exclusivamente de la *adhesión formal* a reglas morales percibidas como certidumbres absolutas. Ser perfecto significa entonces procurar la justicia, la equidad y la verdad por sí mismas

con poca correlación con los aspectos irreductibles y únicos de las situaciones existenciales particulares.

El equilibrio dinámico entre las dimensiones antitéticas de lo controlable y lo incontrolable permitido por una dinámica de la mismidad de este tipo se asienta en patrones autoengañosos de control descentralizado totalmente específicos. Como respuesta a experiencias inmediatas bifrontes impredecibles que escinden la autoimagen elegida actual en autoimágenes opuestas positivas y negativas, el "mí" recupera el control total desplazando la atribución causal, en términos de "todo o nada", hacia una negatividad percibida internamente. Este cambio atributivo disloca temporalmente esas autoimágenes opuestas, de modo que el sí-mismo "actual" va acompañado por la positividad de un sí-mismo "potencial" percibido como posible en un futuro próximo (Makhlouf-Norris y Norris, 1972). En otras palabras, el "mí" puede mantener una identidad negativa, pero cierta en la actualidad, mientras al mismo tiempo impide que la autoestima descienda por debajo de los límites aceptables.

#### *La dinámica "yo"/"mí" y la coherencia sistémica*

La tensión esencial que subyace en la dinámica de la mismidad podría rastrear hasta el desequilibrio emocional profundamente enraizado (la experiencia dicotómica del "yo"), que se refleja en la lucha por lograr una percepción unitaria y fiable de la propia autoimagen ("mí"). En una situación en la que un apego estable de doble ligazón es la base de la imposibilidad de descodificar los propios sentimientos, los procesos de pensamiento —en sus formas primero concretas y más tarde abstractas— son el único camino posible para llegar a una percepción unitaria y fiable. En otras palabras, la oposición antitética entre el pensar y el sentir, que aparece como resultado de una discrepancia estructural en la evaluación del "yo" por el "mí", es central para la organización del significado obsesivo, y al mismo tiempo es la fuente de todo un conjunto de perturbaciones específicas que

en cualquier momento pueden perjudicar el equilibrio obtenido.

Por un lado, la búsqueda de certidumbre llevada a cabo exclusivamente a través de medios cognitivos va acompañada de la tendencia a dividir la experiencia en curso, demostrándose excesivamente en sus detalles constitutivos, sin afrontar la totalidad ("subinclusión"; Reed, 1969, 1985). La incapacidad relativa para llegar a perspectivas integradas depende tanto de la omisión selectiva de los esquemas globales de la aprehensión (es decir, las imágenes) proporcionados por la modulación emocional en curso, como de la dicotomización rígida de toda experiencia en aspectos opuestos, para tener la seguridad de estar persiguiendo los aspectos positivos y evitando cuidadosamente los negativos. La duda metódica se convierte en la estrategia preferida para alcanzar una experiencia unitaria y estable de la realidad, y la consiguiente actitud de pedantería suele presentar un agudo contraste con las actitudes lingüísticas y retóricas del individuo. La duda, la posposición y la preocupación excesiva por los detalles prevalecerán, en consecuencia, siempre que la situación afrontada presente alguna complejidad, llegándose al punto de que, en las situaciones más intensas, se pierde la capacidad para adoptar una decisión. La dificultad percibida en decidirse sobre algo muy valorado y meditado es, a su vez, una de las experiencias inmediatas que con más probabilidad desencadenará sentimientos persistentes y ambivalentes, cuyo afloramiento en la conciencia cuestionará la autoimagen elegida del momento.

Por otro lado, si bien un compromiso afectivo positivo y emocionalmente "claro" representaría una posible fuente de reciprocidad no ambivalente, permitiendo la mejor descodificación y reordenamiento de la propia experiencia bifronte, las posibilidades de un compromiso auténtico están reducidas, puesto que el sentido de la unidad y la continuidad depende de la percepción de un control total sobre uno mismo. Muy al contrario, como ya hemos señalado, son precisamente las situaciones afectivas que crean y rompen lazos afectivos (el embarazo, el parto, etcétera) las que resultan más com-

plejas, y sobre ellas es más difícil adoptar decisiones. Además, como el control de las emociones apunta a la exclusión rígida de toda modulación emocional-imaginativa, el individuo tiende a experimentar incluso los más leves sentimientos que escapan a su control como extremadamente intensos, con la consecuente tendencia a la reacción excesiva. La posibilidad de percibirse como estando a merced de las propias emociones va acompañada a su vez por una sensación profunda y angustiada de ausencia de control y mezclada con sentimientos desafiantes, como la vergüenza, la culpa y la desvalorización.

La aparición intermitente de sentimientos incontrolables que cuestionan la fiabilidad de la autoimagen, y los consiguientes intentos de asimilarlos e integrarlos, están en el núcleo de la generación y la progresión ortogenética observables en el significado obsesivo. La direccionalidad resultante debe expresarse en el curso del desarrollo vital mediante una relativización progresiva de la imagen de una realidad absoluta y cierta, junto con la aparición de un sentido persistente de la propia singularidad basado en una descodificación más adecuada de la propia modulación emocional. En otras palabras, el cambio en el nivel del significado, que demuestra ser crucial en un ciclo vital obsesivo, consiste en el descubrimiento existencial de que el sentido de una identidad segura no puede fundarse sobre la universalidad impersonal del pensamiento, sino que debe hacerlo en la singularidad percibida del mundo emocional personal.

#### CONSECUENCIAS METODOLÓGICAS PARA LA PSICOPATOLOGÍA

La perspectiva ontológica esbozada hasta ahora requiere una revisión drástica del programa metodológico que subyace en las ideas actuales de la psicología clínica y la psicopatología. Me limitaré a unas pocas consideraciones sobre dos puntos esenciales: (1) la necesidad de una psicopatología orientada hacia-los-procesos, explicativa, que considere como

perturbaciones clínicas las clases de conducta percibidas por un observador externo, y (2) una reformulación (en términos de principios orientados-hacia-los-sistemas/procesos) de los conceptos actuales sobre la salud mental y el trastorno mental.

*La psicología explicativa como una ciencia del significado*

La ambigüedad básica de la actual metodología clínica (como la ejemplifica, por ejemplo, el *DSM-III-R*) reside en el hecho de que (1) es esencialmente ateorica y (2) meramente descriptiva (Faust y Miner, 1986; Weimer, 1979, 1984).

1. Al intentar atenernos al principio empirista de la parsimonia (es decir, alejarse lo menos posible de los "datos"), un enfoque clínico ateorico ha alentado la aceptación profesional de una casi total ignorancia sobre la etiología y los procesos psicopatológicos, que, de hecho, deben constituir los objetivos esenciales de su investigación. Esta ignorancia es la expresión de una elección metodológica: evitar cualquier investigación del problema etiológico. Dicha elección aparece en toda su magnitud cuando el *DSM-III-R* invita a los psiquiatras a coincidir en la identificación de los trastornos mentales sobre la base de las manifestaciones clínicas, aunque no estén de acuerdo sobre el modo en que esas perturbaciones se producen. Nos enfrentamos a una situación que se está volviendo cada vez más evidente, y a menudo embarazosa, como atestiguan los datos recientes sobre la labor de psicólogos y psiquiatras en el campo legal.

Las pruebas indican que los profesionales suelen no llegar a conclusiones válidas o fiables, y la exactitud de sus juicios no excede necesariamente la de los profanos, con lo que se suscita la duda sustancial de si los psicólogos o psiquiatras satisfacen las normas legales sobre la pericia (Faust y Ziskin, 1988).

Debe quedar claro que la renuncia a la comprensión etiológica excluye en términos reales la posibilidad de descubrir la relación eventual entre la conducta observada y la organi-

zación de la persona que la presenta. Por lo tanto es natural que la planificación del tratamiento se base en meras conjeturas. Todo esto, que a primera vista podría parecer un tanto paradójico, semejante a diseñar el decorado de una casa que uno no ha visto nunca, corresponde a actitudes tan enraizadas como aceptadas, dado que ha sido posible preparar técnicas para modificar el conocimiento "erróneo" sin detenerse a preguntar de qué modo aparece ese conocimiento.

Por otro lado, si, utilizando la perspectiva que hemos estado presentando, nos colocamos en la posición del individuo que autoorganiza su conocimiento, podríamos deducir que debemos aceptar el hecho de que la única comprensión etiológica adecuada es la de una psicopatología del desarrollo, es decir, la reconstrucción en múltiples niveles de las experiencias transformadoras del ciclo vital que generan los patrones de la congruencia del significado que el individuo muestra en la actualidad. Más que azarosa o totalmente empírica, como requerirían los postulados del empirismo, esta reconstrucción puede comprenderse mediante una teoría del desarrollo que evalúa la complejidad de los procesos adaptativos, así como la regularidad con la que se realizan las transformaciones básicas (Bowlby, 1988; Guidano, 1987; Mahoney, 1988; Mahoney y Gabriel, 1987; Reda, 1986; Sroufe y Rutter, 1984).

2. La metodología que se utiliza es descriptiva más a menudo, en el sentido de que las definiciones coinciden con descripciones de los rasgos clínicos de los trastornos, y de este modo parecen compartir el intento, antiguo pero aún eficaz, de resolver un problema pasándolo por alto. De hecho, el problema reside precisamente en hacer inteligibles el cómo y el porqué de los rasgos clínicos observados, y de sus características observables (Weimer, 1982). Por lo tanto, es dudoso el uso que puedan tener —ya sea en la investigación médica o en la práctica psicoterapéutica— las técnicas de evaluación basadas en un programa metodológico de este tipo. En este sentido, Faust y Miner (1986) señalan que "si las teorías solamente resumen descripciones, son prácticamente inútiles. Una teoría que se limita a hacer esto se parece a un sis-

tema de archivo, sólo capaz de conocer y descubrir lo que ya se ha descubierto y se conoce" (pág. 966).

Además, esta actitud metodológica resulta desorientadora a largo plazo, porque materializa las categorías diagnósticas descriptivas con las que clasifica la gama de los rasgos clínicos observados, hasta el punto de que esas categorías comienzan a parecer vestidos que un sujeto debe ponerse, según sean las circunstancias. Consideremos, por ejemplo, la categoría diagnóstica rotulada como depresión: parece que, una vez que ha salido de un episodio depresivo (como quien se saca una prenda de vestir), la persona vuelve a un modo de ser totalmente diferente de aquel en el que se sentía desamparada. Pero se sabe que, incluso en períodos de completo bienestar, estos sujetos presentan, aunque con menos frecuencia e intensidad, actitudes, modos de pensamiento y reacciones emocionales perfectamente análogos a los de la fase aguda (Reda, 1984). Patrones idénticos, o muy semejantes, también se observan en la tendencia que los parámetros psicofisiológicos revelan en la actitud sensorceptiva básica del sujeto (Reda, Arciero y Blanco, 1986; Reda, Blanco, Guidano y Mahoney, 1988). Entonces se vuelve evidente que un episodio depresivo, lejos de ser algo que golpea a la persona desde dentro, como una fiebre o una enfermedad, va intrínsecamente unido a un modo de asimilar la experiencia, de evaluarla e integrarla con los datos pasados —en una palabra, en el marco de la congruencia del significado personal—. Finalmente, ya no puede sostenerse la premisa epistemológica sobre la que reposan los principios empiristas de la parsimonia y la descripción objetiva, es decir, la existencia (independiente de los otros) de un orden externo inequívoco en el que hay un contenido objetivo, un "sentido de las cosas" que puede conocerse como tal mediante observaciones no tendenciosas. Por lo que sabemos hasta ahora, es imposible distinguir nuestra percepción del mundo de nuestro ser en él, y esto presta un testimonio decisivo contra el orden externo inequívoco con el que hemos soñado y que hemos acariciado desde la época de Bacon (Jantsch, 1980; Maturana, 1988a; Maturana y Varela, 1987; Olafson, 1988; Varela, 1979, 1984).

Si el conocimiento no puede ser una copia razonablemente fiel de un orden que exista con independencia de él, perdemos toda posibilidad de evaluarlo con criterios de objetividad válidos en sí mismos. Entonces, daría la impresión de que la actitud racionalista de suponer la existencia de axiomas lógicos invariables, sobre cuya base se podría evaluar la racionalidad de cualquier creencia o actitud, con independencia del funcionamiento total del sujeto que las alberga, forma parte de esta misma metodología ateórica y descriptiva.

En cambio, un enfoque evolutivo de la psicopatología, centrado en una metodología orientada-hacia-los-sistemas/procesos, debe llevarnos a la creación de una verdadera ciencia del significado personal, es decir, a un enfoque que no sólo tome en cuenta la multiplicidad de los niveles de análisis de la unidad individual compleja, sino que también pueda reconstruir el ordenamiento total de las intercorrelaciones recíprocas que definen la coherencia del funcionamiento del todo. A esta altura, por ejemplo, ya no tendría mucho sentido hablar de la angustia como de una categoría psicopatológica, y por lo tanto inequívoca para todos. La angustia como tal (lo mismo que otras emociones negativas de interés clínico) forma parte de una gama de tonalidades emocionales con la que los seres humanos experimentan su mundo. Pero, en el seno de esta misma experiencia humana, existen diferentes patrones de coherencia del significado, de modo que la misma tonalidad emocional puede ser ordenada y experimentada de modos correlativamente distintos. Por lo tanto, una coherencia fóbica estructurará la angustia en términos de protección/restricción, una coherencia depresiva lo hará en términos de pérdidas, un trastorno alimentario en términos de decepción y, finalmente, una coherencia obsesiva en términos de incertidumbre.

En resumen, los soportes metodológicos de esta ciencia del significado giran en torno de los siguientes puntos.

Cada unidad individual ha de considerarse como una Organización del Significado Personal (Org. S. P.), cuya comprensión ontológica haga posible "producir un mundo" capaz de generar una calidad de autopercepción ("yo"), reconocible

como el propio sí-mismo ("mí"). Cada Org. S. P. tiene su propia lógica ordenadora autorreferencial —tan viable y coherente como la de cualquier otra—, que le permite asimilar la experiencia en consonancia con la dinámica de su mismidad y la direccionalidad ortogenética que de ella se deriva.

El desarrollo a lo largo del ciclo vital debe considerarse como un proceso abierto de asimilación de la experiencia, que genera reorganizaciones de soporte del significado personal. Por un lado, es evidente que ninguna reorganización —aunque produzca un crecimiento personal verdaderamente profundo— es completamente indolora, pues siempre requiere un cambio en el modo habitual de percibir la realidad. Esto implica el desencadenamiento de sentimientos intensos que, por lo menos al principio, no parecen fácilmente inteligibles ni controlables. Por lo tanto, el nivel de autoconciencia de la Org. S. P. (es decir, la medida en que el "mí" reconoce viablemente al "yo") desempeña un papel crucial en la orientación de un proceso de reorganización que fluye dirigido al crecimiento personal o a un colapso existencial más o menos entremezclado con perturbaciones emocionales. Por esta razón, los "síntomas" que puede presentar un sistema individual en cualquier etapa de su ciclo vital deben considerarse como procesos de conocimiento plenamente desplegados, que sacan a la luz intentos frustrados de cambio cuyo origen se retrotrae a un nivel pobre o inviable de toma de conciencia, que impide una asimilación congruente de la experiencia personal producida hasta entonces.

La tensión esencial inherente a la dinámica de la mismidad conlleva el despliegue progresivo del significado personal, así como sus reorganizaciones cíclicas, determinando de ese modo la direccionalidad generativa de todo ciclo vital individual. Como consecuencia, las causas de una "crisis" están siempre dentro de la Org. S. P. en sí, y por lo tanto no deberían buscarse en una supuesta especificidad de ciertos acontecimientos vitales creadores de tensión, sino más bien en la naturaleza específica del significado personal, que determina la gama de hechos discrepantes para un individuo en particular. Por otro lado, el papel crítico que un aconteci-

miento vital puede desempeñar no implica necesariamente que ese significado tenga que ser procesado de forma consciente, dado que a menudo lo que aparece como una sin razón para el "mí" es de hecho crítico en el "yo" que experimenta. La aparición relativamente autónoma de sentimientos críticos que señalan un cambio en curso en la evaluación del "yo" por el "mí" es posible gracias precisamente a los procesos proactivos inherentes a la dinámica de la mismidad.

### *Los trastornos mentales y las dimensiones de la coherencia sistémica*

Como era de esperar, la psicopatología ateórica y descriptiva ha influido profundamente incluso en las ideas básicas sobre la salud mental (es decir, de la normalidad) y de las perturbaciones mentales (es decir, de la neurosis y la psicosis). En pocas palabras, la normalidad, la neurosis y la psicosis siempre han sido consideradas *entidades* estáticas, fijas, que sirven como instrumentos de clasificación para inventariar los rasgos descriptivos supuestamente específicos. Considerando el conocimiento como una copia del orden externo, asimilado a su vez mediante un conjunto de axiomas invariables (por ejemplo, la motivación hedonista, los procedimientos lógicos, etcétera), resulta posible, sobre la base de su grado de correspondencia con ese conjunto, definir dichos rasgos descriptivos como *contenidos* específicos del conocimiento (creencias, motivaciones, actitudes, etcétera), que identifican la conducta normal, neurótica o psicótica.

Ahora bien, el problema, como sabemos, no es tanto el de evaluar de qué modo los seres humanos se atienen a un presunto orden independiente de ellos mismos, sino el de comprender qué experiencia de ellos mismos acompaña a la construcción del orden coherente con el que coexisten. De esta manera, más que identificarlo con los rasgos descriptivos de un contenido de conocimiento, la normalidad, la neurosis y la psicosis se consideran categorías conceptuales que nos remiten a las organizaciones del significado personal (Orgs.

S. P.) que, volviendo coherentes los contenidos del saber, son los productores causales de esos rasgos. Por otra parte, las Orgs. S. P. que hemos delineado deben considerarse procesos ordenadores unitarios, cuya coherencia y continuidad sólo se puede captar en la especificidad de las propiedades formales, estructurales, de su procesamiento del saber, y no en los aspectos semánticos definidos de sus contenidos de conocimiento. Por lo tanto, la normalidad —que, en coincidencia con Levine (1949), para nosotros es “no existente en una forma completa, sino existente como aproximación relativa y cuantitativa”—, más que una entidad identificada con algo como una Org. S. P. “normal” o un contenido de conocimiento “normal”, reside en el despliegue de un proceso dinámico, es decir, en la flexibilidad, la elasticidad y la generatividad con las que una Org. S. P. específica desarrolla su coherencia sistémica a lo largo del ciclo vital, y en los niveles superiores de la complejidad organizada y la autotrascendencia que en consecuencia es capaz de lograr. Del mismo modo, llamamos “psicótica” a una modalidad estructural de ordenamiento del conocimiento cuya coherencia reduce la flexibilidad y la elasticidad; una actitud delusional, por ejemplo, no lo es en virtud de que su contenido de ideas no esté “cerca de la realidad”, sino porque este contenido (que en sí mismo también está presente en la normalidad) es más difícil de integrar con otros contenidos, y en consecuencia menos susceptible de ser transformado por la experiencia actual.

En una metodología orientada hacia los sistemas/procesos, por lo tanto, la normalidad, la neurosis y la psicosis, lejos de verse como entidades descriptivas y estáticas, deben considerarse *dimensiones de procesamiento* dinámicas y modificables de la coherencia sistémica de una Org. S. P., que parecen potencialmente reversibles, pues sus límites son casi siempre indefinidos (Marmor, 1983; Schwartz, 1987). En consecuencia, a lo largo del continuo normalidad-psicosis, la normalidad corresponde a la flexibilidad y generatividad con las que una Org. S. P. articula su direccionalidad ortogenética fundamental en el transcurso del ciclo vital. Por otra parte, la *misma* Org. S. P., en función de la calidad y el procesa-

miento de las experiencias del desarrollo, puede evolucionar hacia una dimensión “neurótica” si el nivel de concreción-abstracción del procesamiento del conocimiento está insuficientemente articulado, o bien derivar hacia una dimensión “psicótica” si, además del límite representado por un procesamiento demasiado concreto, hay también una interferencia en la aptitud integrativa autosintetizadora que proporciona unidad funcional a la dinámica de la mismidad (Guidano, 1987). En otras palabras, la neurosis y la psicosis no son más que los diferentes “lenguajes” (acompañados por las distintas dimensiones correspondientes de la experiencia inmediata y la conciencia autorreflexiva) que puede asumir el mismo patrón de coherencia del significado en función de las aptitudes de procesamiento e integración del individuo (figura 1). La suposición de que todo patrón de significado puede articularse a lo largo de las dimensiones normal, neurótica o psicótica nos permite comprender mejor las categorías nosográficas confirmadas (como la depresión) y establecer las bases para revisar las categorías nosográficas que parecen inciertas (como la esquizofrenia).

En lo relativo a la depresión, su aparición como una categoría nosográfica definida procede exclusivamente del hecho de que los rasgos clínicos descriptivos empleados en su definición pertenecen casi todos al mismo patrón de significado personal (oscilaciones desamparo/ira). Ahora bien, precisamente en la depresión se puede demostrar que el mismo patrón de coherencia sistémica es articulable a lo largo de un continuo de dimensiones de procesamiento. Así, una experiencia de pérdida puede procesarse de un modo generativo, creativo, originando una sensibilidad profesional, artística, o sencillamente humana, manifestada en un alto nivel de abstracción (dimensión “normal”); por otro lado, esa misma experiencia puede generar una cadena de reacciones de pérdida y aflicción como si uno tuviera que afrontar “concretamente” un destino inexorable de exclusión (dimensión “neurótica”), o bien las transformaciones en el nivel corriente de la autoconciencia (es decir, los “delirios”, que varían en concordancia con las oscilaciones “negativas” [desamparo] o “po-

DIMENSIONES DE LA COHERENCIA SISTÉMICA		
NORMALIDAD	NEUROSIS	PSICOSIS
Flexibilidad	< Flexibilidad	<< Flexibilidad
Concreción abstracción	Concreción abstracción	Concreción abstracción
Autointegración	Autointegración	Autointegración

Figura 1

sitivas" [ira] del estado de ánimo), se convierten en el modo esencial de manejar las experiencias no integrables, demasiado concretas, de pérdida o ira (dimensión "psicótica"). Finalmente, estas dimensiones, reversibles y con límites más bien indefinidos, pueden superponerse de distintos modos a lo largo del mismo ciclo vital individual.

Pero con respecto a la esquizofrenia, la heterogeneidad de los rasgos clínicos descriptivos utilizados en las definiciones nosográficas ha impedido siempre la formulación de una hipótesis etiopatogénica unitaria fiable, hasta el punto de que su papel como categoría nosográfica en sí ha sido cuestionado. Esta duda está aún más justificada si se tienen en cuenta las diferentes observaciones médicas realizadas en los últimos años en estudios longitudinales.

En primer lugar, una proporción significativa de esquizofrénicos tiene sólo un episodio, del que se recobra, y un porcentaje aún mayor presenta un curso de varios episodios antes de la remisión final. Sólo una pequeña proporción llega a ser crónicos, pero los datos también demuestran que es considerablemente dudoso que ese carácter crónico sea inherente a la esquizofrenia; hay razones para creer que puede ser una creación de factores iatrogénicos, ecogénicos y nosocomiales (Zubin, Steinhauer, Day y van Kammen, 1985).

En segundo lugar, varios datos demuestran que existe una continuidad sustancial entre la estructura de la personalidad

reconstruible anterior al episodio, y lo que se ve después de la remisión. Además, después de la remisión puede aparecer un desorden emocional fóbico, obsesivo-compulsivo o de otro de los tipos anteriormente descritos, es decir, un desorden que no pertenece de ningún modo a la tipología esquizofrénica; esa misma perturbación existía, con mayor o menor intensidad, pero siempre reconstruible, desde *antes* de la aparición del episodio (Ballerini y Rossi Monti, 1983).

Por lo tanto, parece legítimo suponer que, cuando usamos el término "esquizofrenia", nos referimos a los rasgos clínicos descriptivos que corresponden a episodios agudos, críticos, episodios no integrados del autoprocesamiento, a los que pueden llegar diferentes patrones del significado personal como funciones de la calidad de la dinámica continua "yo"/"mí". Como hemos visto, cada Org. S. P. presenta su propia vulnerabilidad específica, en su capacidad para tocar puntos críticos de la autointegración, ya sea con la forma de un "sí-mismo vacilante" (trastornos alimentarios), de un "sí-mismo dicotómico" (obsesivo-compulsivo) o de un "sí-mismo sensorial" (fóbico).