

LA ESTRUCTURA DE LA PSIQUIS.

Introducción:

Aún admitiendo que la realidad de nuestro mundo psíquico tenga influencias condicionantes que pueden originarse en mundos tan distantes o desconocidos como la psicología social, la cosmología o lo religioso-místico, poca duda cabe al afirmar que sus bases más a nuestro alcance están dentro de las intrincadas redes de nuestro sistema nervioso. La moderna neurofisiología nos ha demostrado claramente las bases biológicas de la memoria, la afectividad o los circuitos lógicos del área intelectual.

El conocimiento científico de nuestra anatomía y fisiología corporales tiene ya cerca de 500 años. El estudio de nuestra psiquis tiene poco más de 100 años. Por lo cual es innegable que el estudio de la psiquis no está agotado. Su estudio objetivo recién comienza y su territorio tiene que llegar a una objetividad que permita el llegar a un progresivo consenso. Consenso que nos aclare a los especialistas sobre todo el ámbito conceptual ya que palabras como mente, alma, psiquis, y espíritu son utilizados apuntando casi siempre a significados muy diferentes y a veces como sinónimos.

Es llamativo el contraste entre la abundancia de estudios sobre áreas particulares del mundo psíquico (memoria, aprendizaje, inteligencia, voluntad, personalidad, etc.) y la escasez de preocupaciones por un ordenamiento estructural-funcional. Los únicos intentos que se encuentran en la literatura y que apuntan a la preocupación por definir una estructura del campo psíquico parecen ser los de Luria (las tres unidades funcionales del cerebro: regulación de la vigilia - procesamiento de la información - verificación de la actividad mental) y los de Freud (estructura del campo en Yo – Ello – Súper yo).

Los especialistas de este campo – sobre todo psicólogos y psiquiatras – nos estamos atrincherando en nuestras propias convicciones porque no hemos sido todavía capaces de lograr acuerdos conceptuales. Esta dificultad resulta comprensible por tratarse de un territorio difícilmente objetivable, pero que está provocando la aparición, entre estos mismos especialistas, de un cierto grado de escepticismo ante el consenso y la aparición, entre los pacientes, de una evidente desorientación cuando se les presentan tantas opciones diferentes para explicarles sus padecimientos y tantas ofertas diferentes de posibles tratamientos.

El ordenamiento aquí planteado es un intento de empezar a ordenar este campo en base a los conocimientos actuales que poseemos de la neurofisiología y tomando como ejemplo el ordenamiento en “aparatos” o “sistemas” que se aplicó a nuestra anatomía corporal.

Y es un intento por incentivar entre los especialistas la orientación de sus estudios hacia ese consenso que nos parece imprescindible para seguir avanzando.

FUNCIONES BASICAS DE UN SISTEMA NERVIOSO.

Las funciones propias (“propiedades” o funciones básicas) de un sistema nervioso en cualquier animal que lo posea son: - Excitabilidad - Memoria y - Asociación

Son las propiedades primarias que permiten funcionar a cualquier tipo de sistema nervioso. También de nuestro propio sistema. No son las que constituyen la psiquis (que veremos luego como surgida de las funciones complejas) pero sí la condicionan en su función general. (Esto es importante de establecer por cuanto una patología de lo psíquico puede originarse por alteración exclusiva de alguna de estas funciones básicas).

EXCITABILIDAD:

Corresponde a lo también denominado como irritabilidad o sensibilidad del sistema nervioso. Es la expresión máxima de la función más primitiva de toda célula viva: la capacidad de reaccionar.

Considerando que esta función se realiza básicamente merced a la generación y transporte de estímulos eléctricos se puede imaginar esta función como la resultante de:

- a) diferentes alturas en el voltaje utilizado.
- b) mayor a menor rapidez en la transmisión de los estímulos, y
- c) mayor o menor facilidad para la extensión a zonas vecinas de un área excitada.

Evolución:

Admitiendo una complejidad creciente en el desarrollo del sistema nervioso debe ubicarse a la excitabilidad (o reactividad) como la función más precoz y más simple en el sistema nervioso de las especies primitivas. Corresponde, a modo de ejemplo, a los movimientos que realiza un gusano de tierra cuando se le toca el cuerpo con una rama: responde con una activación (excitación) general de su organismo que se expresa por un aceleramiento de sus movimientos (y quizás también con intensificación de sus procesos internos).

Entre los vegetales un conocido ejemplo de excitabilidad es el que presenta la mimosa, planta que reacciona con flexión de sus hojas al más leve contacto físico.

MEMORIA:

Tal como es concebida por el sentido común esta función corresponde al “almacén de información” o al “banco de datos” que incluye los procesos, de algún modo independientes, de grabación y de recuperación de datos. Se han señalado varios tipos de memoria pero las más conocidas son las llamadas de plazo largo, de plazo corto y memoria “de trabajo”, teniendo cada una, al parecer, diferentes mecanismos de grabación y de recuperación de la información.

Evolución:

Los animales, aún los más primitivos y simples, tienen la facultad de recordar alguna información. La evolución ha permitido no sólo el aumento de esta capacidad en cuanto a grabar mayor número de datos sino que ha permitido el progreso también de la capacidad de procesar la información (memoria de trabajo). El aprendizaje no sería posible de ningún modo sin la capacidad de memorizar.

ASOCIACION:

Corresponde a la mayor o menor capacidad de un sistema nervioso para establecer conexiones internas entre sus diferentes áreas funcionales.

Evolución:

Esta capacidad no es (como tampoco lo son las dos anteriores) exclusiva del cerebro humano pero debe señalarse que ha sido en nuestra especie dónde la evolución logró, dentro de un corto período de tiempo

histórico, desarrollar extensas áreas de asociación o inter-conexión dentro de nuestro cerebro (entre las cuales la zona frontal anterior es la más importante).

Es la función base para el progreso de la inteligencia en sus distintos niveles y también para el desarrollo de la autoconciencia. Los animales más inteligentes después del hombre parecen ser el chimpancé, el perro y el delfín. Sin embargo sólo existe evidencia de un mayor y más rápido desarrollo evolutivo para el cerebro del hombre.

Se ignora aún el por qué de la aparición tan rápida en el hombre de las áreas de asociación.

Estas tres funciones constituyen la base moduladora del territorio psíquico.

FUNCIONES COMPLEJAS DE NUESTRO SISTEMA NERVIOSO.

Puede denominarse así al grupo de tres funciones que sin ser exclusivas del ser humano han logrado en éste un grado de desarrollo y de modificaciones que han permitido darle rasgos exclusivos dentro del reino animal: ideación, motivación y conciencia. Cada una de estas funciones se ha hecho más compleja por la vía de ir adquiriendo nuevos componentes.

La definición de un aparato o sistema como “conjunto de órganos y funciones que, aunque diferentes entre sí, tienen una meta común” puede también aplicarse a estas funciones complejas. Porque cada una tiene varias sub-funciones diferentes – como se verá más adelante – pero todas están orientadas hacia una meta común. Y justamente por lo complejo que es el sistema intelectual no es fácil elegir una palabra que resuma la meta o el objetivo de cada aparato. Pero algunas posibilidades son estas:

Aparato Intelectual	–	Ideación	-	Pensar (¿saber?)
Aparato Instinto-afectivo	–	Motivación	-	Sentir
Aparato de la Conciencia	–	Captación	-	Percibir

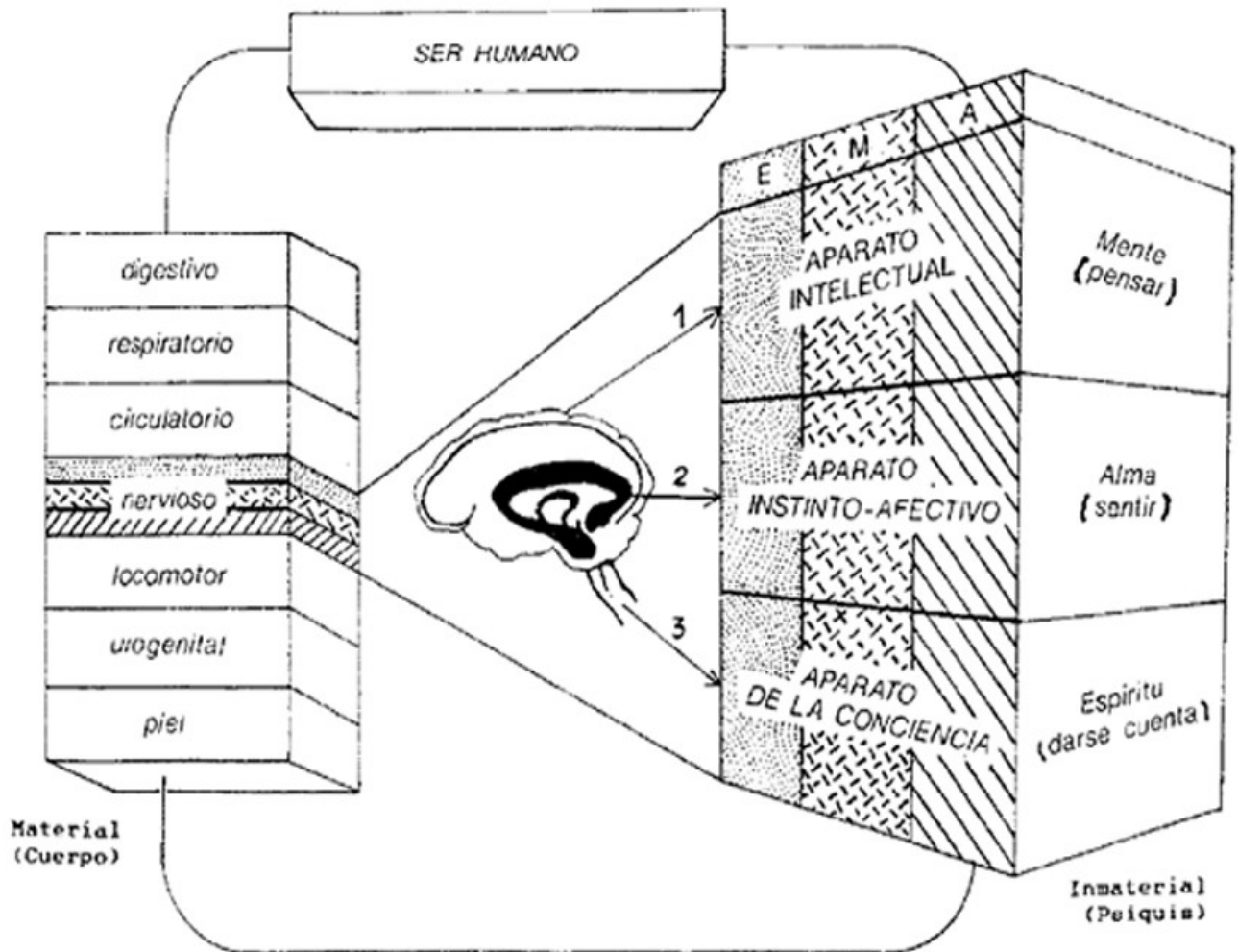
Pero conviene no tropezarse con las palabras cuando estamos tratando de acercarnos a una realidad. Parece claro que el objetivo del sistema instinto-afectivo, su meta, es la motivación; es la instancia que nos impulsa a la acción (equivalente al “ello” del psicoanálisis: expresión psíquica de pulsiones y deseos). También parece claro que la meta del aparato de la conciencia es la integración-adaptación (equivalente al “Yo” freudiano: instancia mediadora-conciliadora entre el ello y el súper yo). Pero no es fácil atreverse a precisar en un par de palabras la meta del aparato intelectual porque es justamente éste el sistema que más ha complicado y está complicando la vida de los seres humanos. Pero, sin pretender ser definitorio, puede que estas palabras sean una resultante entre pensar-saber-conocer (equivalente en el sistema freudiano al Superyó: normas, reglas, instancia moral enjuiciadora).

Cada aparato recibe la modulación y/o el condicionamiento desde las funciones básicas. Por ejemplo la central influencia de la memoria sobre el conocimiento y el pensar, la influencia de una alta excitabilidad en la expresión afectiva o la capacidad asociativa sobre los niveles de conciencia.

LOS APARATOS PSIQUICOS

Su conjunto corresponde propiamente a lo que llamaremos el “organismo psíquico”: la parte no material más propia del ser humano. Nuestra psiquis estaría compuesta por la interacción constante de los tres aparatos o sistemas y la también constante acción moduladora desde las funciones básicas.

LAMINA 1 Desde el organismo físico y a través del cerebro aparece el organismo psíquico.



Las funciones básicas: E: excitabilidad, M: memoria, A: asociación.
Cada una afecta el rendimiento de cada sistema de la psiquis.

APARATO INTELECTUAL:

Es el sistema de la psiquis que puede identificarse con lo que el sentido común llama el “pensar”. Su capacidad global se mide por los niveles de inteligencia. (Se han postulado otros tipos de inteligencia o capacidades de juego como la emocional, musical, espacial, etc. Pero acá nos referimos al juego con las ideas).

Localización en el cerebro:

Existe suficiente evidencia como para poder establecer el rol protagónico que, para este sistema, desempeña la parte más externa o corteza del cerebro. Especialmente las áreas que tienen a su cargo el lenguaje y las zonas asociativas de la zona pre-frontal. (Ambas son zonas universalmente reconocidas como las más desarrolladas en la evolución del cerebro humano).

Componentes:

Gracias al increíble número de interconexiones entre las áreas mencionadas surge la función primaria que dará origen al intelecto: la capacidad de ABSTRACCION (o de “representación” interna). El principal producto de esta capacidad es la creación de una unidad funcional (como la célula del cuerpo) en torno a la cual se desarrollan las diferentes funciones de este aparato: las **IDEAS**.

En forma amplia es posible concebir dos tipos de ideas:

- **Ideas simples:** en éstas el concepto es único y universal por tener directa correspondencia con un objeto real (concreto). Por ejemplo las ideas “mesa” o “piedra”.
- **Ideas complejas:** no constituyen un concepto único ni universal por cuanto no tienen en todas partes una correspondencia similar con los mismos hechos objetivos. Nacen o son determinadas principalmente por actividad del campo intelectual (abstracto). Por ejemplo las ideas “libertad”, “justicia” o “maldad”.

Las ideas vienen a ser como los ladrillos en la enorme construcción que es el intelecto humano.

Las unidades (elementos, funciones u “órganos”) más importantes que componen este aparato son las siguientes:

- | | | |
|-----------------|-------|------------------------|
| - SABER-CONOCER | ----- | ingreso de ideas. |
| - PENSAR | ----- | juego con las ideas |
| - LOGICA-RAZON | ----- | “reglamento del juego” |
| - LENGUAJE | ----- | expresión de las ideas |

-- El saber-conocer: se refiere a la incorporación de unidades básicas (ideas) y no a la incorporación simple de mensajes perceptivos (estímulos sensoriales). Este saber ingresa las ideas o datos engarzándolas en los conocimientos previos. Es producto de la inquietud humana (curiosidad o necesidad) por profundizar en las cosas.

-- El pensar: corresponde a lo que es posible llamar el “juego con las ideas, el buscar todas sus posibilidades de combinación. La filosofía y el pensamiento creador son sus actividades más representativas.

-- La lógica: determina el orden necesario, el modo correcto, aceptable y normal de enlazar una idea a la otra. Es la regla principal en la actividad del pensamiento científico. Ciertas formas de pensar como la extrapolación, el análisis-síntesis o la deducción-inducción son ejemplos de esta necesidad de un “orden lógico”.

-- La razón: Por un lado se refiere al grado de coincidencia entre una realidad externa y la idea que intenta describirla: tener razón, en este caso, equivale al “estar de acuerdo con la realidad”. Por otro lado se

refiere al grado de desviación aceptable como normal que puede darse en un orden lógico: en este caso ser “razonable” significa ser flexible o adaptable.

-- El lenguaje conceptual: Las ideas tienen su modo de representación a nivel abstracto en el “concepto” y a nivel más concreto en la “palabra” (verbo). El lenguaje viene ser el modo de trabajar con los conceptos (lenguaje interno) pero también tiene la importante función de permitir la comunicación de estos conceptos por medio de la palabra (lenguaje externo).

Modos de procesar el pensamiento.

- Análisis-síntesis: posibilidad de separar los componentes de un todo, o de reconstruirlo a partir de sus componentes.

- Deducción-Inducción: modo que lleva al pensamiento a obtener conclusiones generales a partir de lo particular, o vice-versa.

- Extrapolación: obtención de datos nuevos por una proyección lógica de datos previos.

- Shifting: (del inglés Shift = mover, traspasar) capacidad para cambiar la vía de abordaje en la solución de un problema.

De la capacidad de estos modos de procesar la información y de lo adecuado de su uso dependerá el nivel de inteligencia.

La inteligencia puede definirse como el mayor o menor grado de destreza (rapidez) para emitir una respuesta lo más adecuada posible ante una situación problemática nueva.

Si se considera a la inteligencia como una respuesta global que también puede expresarse a través de un comportamiento la definición sigue siendo válida ya que una conducta cualquiera puede considerarse también como una respuesta a una situación conflictiva nueva.

(En las culturas orientales el concepto de inteligencia parece estar más relacionado con la capacidad para mostrar una conducta adecuada que con la capacidad de manejar conceptos).

Objetivos centrales:

- Posibilita la comunicación “fina”: La comunicación “gruesa” está dada por la expresión corporal total (comunicación gestual o primer sistema de señales), la comunicación “fina” (segundo sistema de señales) permite, por medio de la palabra, una comunicación más precisa y abarcadora.

- Indagación (o afán de saber): En nombre de la ciencia y con la verdad como su emblema se está incentivando hoy en todas partes la necesidad de investigación. Por lo tanto resulta comprensible la importancia que hoy se otorga al poseer un “espíritu científico” o poseer el afán de incorporar nuevos conocimientos.

Conceptos afines:

- El aparato intelectual es conocido también en términos como “materia gris”, cabeza o MENTE. (“Mentalidad” apunta a manera de pensar).

Modo de funcionar:

El mejor modo de tratar de comprender el modo de funcionar de este aparato de la psiquis es compararlo con el modo de funcionar de los modernos computadores.

- Procesamiento de información: Intelecto y computador funcionan en base a 3 unidades que interactúan: entrada de datos, procesamiento de datos y salida de respuesta.

- Inteligencia: Todas, o casi todas, las funciones que posee el intelecto las realiza también el computador: sabe, piensa, calcula, deduce, razona, etc. En este sentido es “inteligente”.

- Funciones Básicas Similares: En ambos la calidad de trabajo depende de la memoria (banco de datos), de la excitabilidad (rapidez de procesamiento) y principalmente de la capacidad de asociación (Memoria RAM).

- Sistema Binario: Tanto el computador como el intelecto no pueden trabajar con datos a medias. Necesitan datos precisos:

Sí - No
Verdadero - falso
Presente - ausente

- Modo lógico: En ambos el modo lógico lo es en la medida que cada paso es la resultante necesaria de los pasos previos.

Evolución histórica:

Si bien es cierto que las funciones del intelecto han sido utilizadas desde que aparece la historia del hombre, su real potencial sólo alcanza una difusión masiva partir de la época del Renacimiento. El racionalismo adquiere su máxima importancia colectiva a partir de la filosofía de René Descartes (1596-1650). Fruto de ello es la aparición del método científico, el auge de los descubrimientos e inventos, el desarrollo de la tecnología y la revolución industrial, el auge del idealismo y las ideologías. El intelecto es la primera función psíquica en ser medida con cierta precisión por medio de los test de inteligencia. Es la función que se ha vuelto predominante en orientar la vida de la mayoría de las personas. Sin embargo desde más de cien años su valor empieza a decaer. La filosofía, antes racionalista, se vuelve cada vez más existencialista, (con lo cual se explica la actual crisis de valores que afecta a la sociedad occidental: ya no existe una fe ciega en la ciencia y la tecnología, el saber mucho llega a ser molesto, el pensar cansa, las ideologías desaparecen y el idealismo languidece).

APARATO INSTINTO—AFECTIVO.

Este aparato del mundo psíquico tiene su origen principalmente en una zona llamada “límbica” en el centro mismo del cerebro y su función global es la de iniciar y orientar la conducta.

Es el centro de todo ese amplio y aún discutido territorio de los instintos y base del importante campo de los afectos.

Es el centro “pulsional”, el que nos impulsa a la acción. Común a todos los mamíferos, es el hombre la única especie que está haciendo esfuerzos permanentes porque la orientación de la conducta cambie al aparato intelectual (hacia una conducta lógica en lugar de la conducta instinto-afectiva). De aquí la idea del hombre como “animal racional”.

Comprende los instintos y la afectividad.

LOS INSTINTOS:

Se trata aquí, tal como ha sido concebido este sistema de modo tradicional, de los impulsos más primitivos que han orientado la conducta de los animales.

Los más antiguos o los más profundamente grabados son los llamados instintos de vida e instintos de muerte. Durante la mayor parte de su vida los animales son guiados por impulsos que le llevan a la conservación y a la mantención de sus condiciones vitales (impulso a vivir). Pero existen períodos o situaciones en los cuales aparecen conductas que parecen estar orientadas por un franco afán autodestructivo (impulso a morir).

En los animales son ejemplos de orientación “negativa” de la existencia: el rol de los encargados de la vigilancia y defensa del grupo, la conducta preparatoria antes de morir y los “suicidios” colectivos.

Los ejemplos en el ser humano de la misma tendencia serían: los distintos tipos de adicciones, la no preocupación por la salud, el rechazo a los tratamientos médicos, las actividades de alto riesgo (carreras de alta velocidad, montañismo, juegos de azar y el abandono ciego al placer).

Es una realidad el que en nuestros tiempos se tienda a valorar en forma casi exclusiva el instinto de vida. La muerte y sus “parientes cercanos” (enfermedad, maldad, dolor, suciedad, anormalidad) tienden notoriamente a ser evitados, desprestigiados, o eliminados a pesar de enseñarse que la vida y la muerte constituyen una realidad inseparable.

Forman parte del instinto de vida o de conservación:

- La Alimentación
- La Reproducción
- La Defensa
- La Orientación

Es importante recordar el hecho señalado por varios modernos especialistas en el sentido de que el ser humano estaría perdiendo la capacidad de vivir guiado por el instinto. Perdiendo, por lo tanto, el modo más elemental y antiguo de orientación. En su reemplazo (y ante la caída de los ideales) los afectos parecen estar, actualmente, tomando un rol más orientador.

LA AFECTIVIDAD:

Aunque es posible ordenar este campo desde varios puntos de vista, resulta fácil comprender el dividirlo en dos grandes grupos según su duración: emociones y sentimientos.

Emociones:

Se trata de afectos que pueden tener una alta intensidad y que, por lo tanto, pueden manejar completamente la conducta, pero son de corta duración. Ejemplos de este tipo son el susto, la rabia, la alegría, la sorpresa.

Sentimientos:

La particularidad de estos es que, a diferencia de las emociones, demoran más en establecerse y en desaparecer. Tienen, por lo tanto, un papel más importante que las emociones para orientar la conducta durante un tiempo prolongado. Pertenecen a este grupo afectos como el temor y la inseguridad, la fe, el cariño, la angustia, el amor, la solidaridad, el resentimiento, etc.

Otro modo de agrupar los afectos es en base a su dirección: dirigidos a sí mismo o dirigidos a los demás. O según su carácter en expansivos (positivos o agradables) y constrictivos (negativos o desagradables). También se han diferenciado los afectos vitales (profundos, más estables y propios del adulto), de los circunstanciales (superficiales, variables y más propios de la juventud).

Modo de funcionar:

La principal característica de este sistema es que no funciona con el modo “lógico” (paso a paso) que utiliza el aparato intelectual, sino al modo de una respuesta instantánea y global. Su influencia se expresa también de modo muy abarcador tendiendo a modificar la totalidad de la conducta. Se puede decir que todas las funciones de este sistema tienen la característica de ser “impulsoras inmediatas” del comportamiento.

A diferencia del aparato intelectual, que puede funcionar por la actividad voluntaria agregando o quitando datos, lo instinto-afectivo surge generalmente de modo automático en relación a estímulos que vienen del exterior o de nuestro mundo interno. La mayoría de los sentimientos son provocados o “inspirados” por estos estímulos.

Habitualmente no es posible “meternos” un afecto por acción de la voluntad. Lo más que se puede conseguir es una cierta “manipulación” de los afectos y los instintos para adecuarnos a una situación determinada. Esto vale en condiciones normales. Pero en situaciones especiales (torturas, lavados de cerebro), un aprendizaje dirigido logra modificar, imponer o eliminar determinados afectos.

Conceptos afines:

El uso ha generalizado dos términos para referirse a este aparato: “corazón” y ALMA. El órgano que palpita en el pecho no es la sede real de las emociones, pero se piensa así porque es el primero que se siente reaccionar. Por ello es tan natural decir que “sentimos con el corazón”.

Evolución histórica:

Con la progresiva desaparición del instinto como función orientadora de la vida surgen en su reemplazo los sentimientos, y como tales han recibido un respeto y valoración que impide hasta hoy el analizarlos demasiado. Sentir profundamente, emocionarse por cualquier motivo son experiencias que se consideran como determinantes del ser de cada persona, por lo tanto dignas del mayor respeto y consideración. Por esto el estudiarlos, medirlos o criticarlos puede aparecer como una actitud inadecuada e incluso grosera. El movimiento romántico que se inicia en la literatura a fines del siglo XVIII y que valora el sentimiento por sobre la razón, puede considerarse como una primera reacción a los valores del intelecto que predominaban en los dos siglos anteriores.

¿Tiene un alma el animal?

Para contestar esto (y en forma paralela a la concepción religiosa) debe empezarse por recordar que la realidad no funciona en términos de sí o no (mecanismo de tipo intelectual), en este caso no se trata de poseer o no poseer. Entre los seres humanos deben admitirse gradaciones: hay almas de las que se dicen ser más grandes

y otras más pequeñas al comparar sus capacidades abarcadoras o solidarias. Y también entre los animales hay diferencias de grado: la capacidad emocional de un gato es claramente menor que la de los perros; éstos son capaces de expresar afectos “casi humanos” y por esto es que se les siente más cercanos, porque se siente que con ellos es posible compartir ciertos sentimientos.

Si consideramos a los instintos y a los afectos como el alma de nuestra psiquis es razonable concluir que los animales, aparte de los instintos, poseen por lo menos, algo de alma. Mientras más puedan exhibir emociones (o incluso sentimientos) se les siente más cercanos, con más “alma”.

APARATO DE LA CONCIENCIA.

Para la gran mayoría de las personas este aparato es totalmente desconocido. Y la minoría que ha oído hablar de él lo confunde con el aparato intelectual: para estas personas el “darse cuenta” de una mesa es lo mismo que “pensar en una mesa”. Pero en realidad es fácil advertir que se trata de funciones diferentes al considerar lo que sucede p. ej. al salir a la calle: nos damos cuenta que hay automóviles y hasta podemos esquivarlos sin que necesariamente tengamos que pensar en ello. Una cosa es contemplar el vuelo de los pájaros y otra es pensar en cómo logran sostenerse.

Objetivo central:

La principal función de este sistema es la “captación de la realidad” (por cierto, se trata sólo del grado en que podemos captar eso que llamamos “lo real”). Capta, conecta e integra en el instante vivido tanto los datos de la experiencia externa como los procesos internos de los otros dos aparatos. Gracias a este aparato de la psiquis podemos, por lo tanto, construir esa unidad experiencial que es la “vivencia” y también lograr un comportamiento armónico: una conducta integrada (adecuada tanto a la realidad externa como a nuestra realidad interna).

Localización cerebral:

Tiene su base en dos áreas principales: una estructura muy fina ubicada en medio del tallo cerebral llamada “formación reticular” y toda la mitad del cerebro llamada “dominante” por ser la que comanda el lado más eficiente del cuerpo. (Es dominante el cerebro izquierdo para los diestros y el derecho para los zurdos).

Pueden considerarse como funciones o partes de este aparato las siguientes:

1.- El alertamiento: Corresponde a los distintos grados de “encendido” del sistema nervioso, desde el estado de “despierto” al de “dormido”. Se trata de grados de alertamiento que dependen de la intensidad con que trabaja el cerebro en ciertas situaciones recibiendo y procesando información a velocidad mayor o menor de lo normal. (En situaciones de peligro o de mucha tensión la actividad cerebral puede acelerarse, retardarse o incluso bloquearse).

2.- El foco de la conciencia: referido al punto desde el cual se realiza la percepción, y

3.- El campo de la conciencia: referido a la “superficie” iluminada.

(Ver esquema de la función conciencia).

El foco de la conciencia: incluye variables como la movilidad, la posición y la orientación.

La movilidad: las personas con el foco más inquieto son las que tienen problema con la atención y la concentración.

La posición: Si observamos un objeto cualquiera, una estatua p. ej. vemos que es posible cambiar el punto de vista de dos modos:

- variando la distancia con respecto al objeto (más cerca o más lejos de la estatua), o
- variando el ángulo de visión (moviéndonos alrededor de la estatua).

De ambas posibilidades depende la perspectiva y el “punto de vista”.

En general cada persona tiende a actuar según el “propio” punto de vista y existe una natural tendencia a no modificar este punto porque se piensa que al hacerlo se iría en contra de lo “personal”.

Cuando se habla de lo bueno de poseer “altura de miras” se refiere a la ventaja que otorga el tener una mirada más abarcadora, más amplia sobre cualquier asunto. La “altura” se refiere al poder tener una mayor distancia en relación a lo observado.

La orientación: Independientemente de su posición, el foco puede estar orientado hacia tres sentidos que abarcan territorios diferentes:

El primer sentido es hacia lo exterior. Es la orientación predominante en la mayoría de las personas: estar atento a lo que sucede alrededor. Por esto es más fácil captar lo que otros hacen que captar lo que hace uno mismo (“es más fácil ver la paja en el ojo ajeno que la viga en el ojo propio”, dice un conocido refrán). Por esto es más fácil ser crítico que actor.

El segundo sentido es hacia sí mismo (autoconciencia). Es una dirección poco frecuente en la vida diaria y que surge casi siempre como consecuencia del encontrarse en situaciones en las cuales se es cuidadosamente observado (como al ser interrogado o ser entrevistado) o cuando uno mismo se examina, p. ej. después de haber cometido una falta (el uso común la llama “voz de la conciencia”).

El tercer sentido es la máxima posibilidad de desarrollo de la conciencia para el hombre actual: la conciencia “dual”. Aquí el enfoque es sobre el entorno y sobre sí mismo “simultáneamente”. Una forma de entenderlo es imaginar una situación en la que se está siendo filmado por una cámara que no sólo capta nuestra figura y el ambiente en que nos encontramos sino que además capta lo que estamos pensando y lo que estamos sintiendo.

Lo normal es vivir predominantemente con el primer sentido, experimentando muy de vez en cuando el segundo sentido. Pero vivir una situación en conciencia “dual” es algo muy excepcional para la persona común.

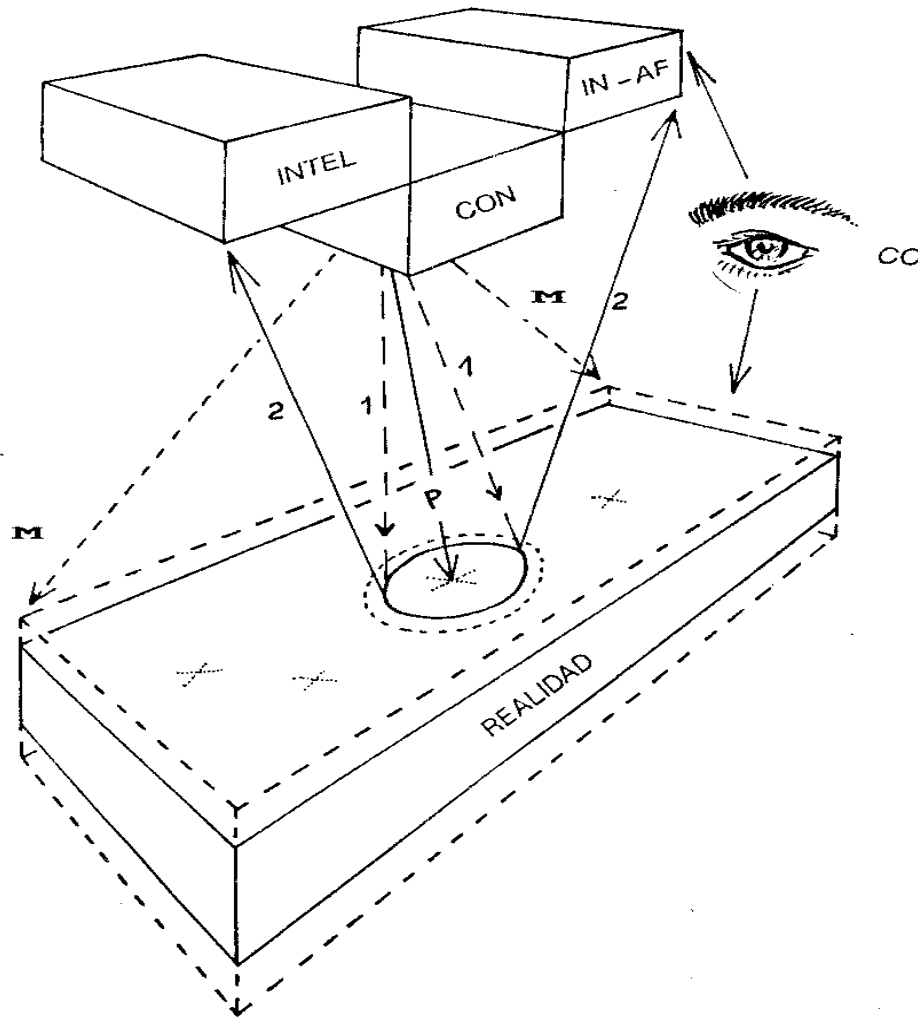
El campo de la conciencia. (O territorio iluminado).

La percepción: Incluye tanto la función de los órganos de los sentidos que permiten la captación de lo exterior (vista, oído, olfato, gusto y tacto) como las funciones que posibilitan la captación interna de nuestra realidad (autoconciencia). Estas funciones construyen el “campo de la conciencia”.

En este campo de la conciencia cabe el distinguir algunas variables:

- Amplitud: Que se refiere al ángulo más abierto o más estrecho de captación de la realidad.
- Nitidez: Referida al grado mayor o menor de lucidez-opacidad del campo.
- Homogeneidad: Referido a la distribución más o menos regular de la nitidez en la superficie del campo.
- Pureza: en relación a la presencia de elementos extraños o anormales dentro del campo.
- Continuidad: O capacidad para mantener un determinado nivel de darse cuenta.

f) Temporalidad: A veces nos damos cuenta demasiado tarde de algo que sucedió o de algo que hicimos (conciencia tardía); en otras lo captamos en el mismo momento (conciencia actual).



Conciencia y realidad (mundo exterior):

- 1.- Conciencia hacia fuera. 2.- Conciencia hacia sí mismo. M.- Visión mística. P.- Presente, actualidad.
- CO.- Conciencia objetiva (dual): capta al mismo tiempo el adentro y el afuera.

Modo de Funcionar:

Imaginando la función conciencia operando al modo como una linterna ilumina una pared, a la linterna podemos llamarla “foco de la conciencia” y la parte iluminada de la pared sería el “campo de la conciencia”. Del mismo modo que una linterna logra crear una relación entre quien la maneja y el territorio iluminado, la conciencia puede ser considerada como el aparato que permite establecer una conexión entre dos realidades que concebimos como separadas: el “yo” y el “mundo exterior”.

Esta relación es de tal naturaleza que, al igual que la luz, permite tanto un efecto de unión como de separación. Al permitirnos “distinguir”, la luz permite el “diferenciar” y por lo tanto el “separar”; a la inversa, gracias a que la luz (o la conciencia) nos permite apreciar los distintos elementos de una realidad posibilita el que podamos establecer relaciones comprensivas o de “unión” entre estos mismos elementos. Así la actividad de la conciencia puede hacernos sentir más unidos o más separados de la realidad del mundo exterior.

Algunas resultantes de la actividad de este sistema son:

- El acto voluntario: Referido a la importancia de la conciencia para precisar el grado de libertad que existe entre un actuar automático (involuntario o inconsciente) y un actuar voluntario (consciente).
- La comprensión: El poder captar relaciones comprensivas entre dos o más aspectos de la realidad sólo es posible cuando estos aspectos caen dentro de un mismo campo percibido. El poder ser más o menos “comprensivo” depende de la amplitud del campo de visión de cada persona.
- La adecuación: o grado de ajuste de nuestra conducta a la realidad interna y externa.

El grado o nivel de integración de la experiencia vivida se realiza a distintos niveles en cada persona. Así como hay niveles de inteligencia y de afectividad también hay niveles de conciencia.

Conceptos afines:

Un término técnico que apunta a las funciones del sistema de la conciencia es “percepción”. En forma simple se usan las expresiones “darse cuenta” o “tomar conciencia”.

Pero el de mayor trascendencia y el menos entendido es ESPIRITU. Este término tiene diversos usos: designa, por una parte, a los “aparecidos” (equivalente a “visiones”); también se refiere a un efecto o acción invisible (espíritu “divino” o espíritu “santo”) y también designa a modos de ser (espíritu “inquieto”, espíritu “de una época”). Pero todos estos usos apuntan a diversos modos de captar o de presentarse una realidad, lo cual permite comprender el sentido de expresiones como “espíritu amplio” o “espíritu estrecho”.

Lo espiritual se nos aparece así relacionado con la visión, la perspectiva y los puntos de vista, los modos de ver y el darse cuenta. No es pues tan extraño que el sentido común relacione este término con la religión y con el arte.

Evolución:

Es un hecho que la motivación (lo que nos lleva a actuar) y la mayoría de nuestros actos son habitualmente inconscientes. Es un hecho también el que la visión común sea una visión predominantemente hacia fuera; que el campo de visión sea bastante estrecho y que aún se vea como negativo el cambiar de punto de vista. Por lo tanto es fácil ver cuanto queda aún por desarrollar en el terreno del “darse cuenta”. Algunos cambios son ya perceptibles. Gracias a la extensión de los conocimientos y de las comunicaciones empiezan a aparecer movimientos integracionistas y ecologistas que evidencian el surgir de una visión más abarcadora, que

va más allá de lo individual y de lo nacional. No es, pues, demasiado aventurado pronosticar que este sistema de la psiquis será el que habrá de experimentar un mayor grado de desarrollo en los tiempos venideros.

FUNCIONES DE ORIGEN MIXTO.

En el cuerpo humano, en las paredes del intestino, a nivel de las vellosidades intestinales, existe una gran cercanía entre los aparatos digestivo y circulatorio gracias a la cual se logra el paso de los nutrientes desde el intestino hacia la sangre. Esta función de absorción es posible gracias a la actividad conjunta de los sistemas digestivo y circulatorio.

A nivel de la psiquis también algunas funciones dependen de la actividad conjunta de los aparatos entre sí o de la actividad de un aparato junto a una función básica. Son ejemplo de esta interacción funciones tales como la voluntad, el recordar, la creatividad y la intuición.

La voluntad:

En forma simple puede definirse como la lucha entre el querer y el deber. O de modo más complejo como la capacidad para mantener una posición o actividad a pesar de los estímulos que surjan del mundo interior o exterior. Cuando es necesario, por ejemplo cumplir con un horario de trabajo estando cansados, la lucha es entre el deber de cumplir (aparato intelectual) y la necesidad o deseo de descansar (aparato instinto-afectivo). Del grado de fuerza de la voluntad dependerá que gane uno u otro aparato. Lo mismo puede decirse del conflicto entre vencer o ceder ante una tentación.

La voluntad resulta así de la interacción entre los aparatos intelectual e instinto-afectivo.

El recordar:

La memoria es la capacidad para almacenar un dato y poder luego traerlo hasta el presente, sin modificaciones. El recordar trae también un dato desde el pasado pero revestido de la atmósfera emocional o afectiva que el dato tuvo al momento de grabarse y modificado, además, por la situación afectiva presente al momento de recordar. Un ejemplo es lo que sucede cuando en la situación de muerte de un ser querido recordamos los momentos vividos junto a él. Este recordar es producto de la interacción de la memoria con los sistemas instinto-afectivo y de la conciencia.

La creatividad:

Consiste en un impulso orientado al reordenamiento de elementos físicos o psíquicos que nace de la necesidad de resolver un problema (inventiva) o por anhelo estético (creación artística).

Para crear se requiere de la capacidad imaginativa y de la capacidad de pre-concebir. Cualidades, ambas, específicamente humanas; por esto no deben considerarse como expresión de creatividad las obras que nacen como producto de fuerzas naturales ni las creaciones repetitivas (automáticas o instintivas).

La imaginación es la facultad de “jugar” interiormente con elementos psíquicos: imágenes, conceptos, números o datos. Puede distinguirse una imaginación “pasiva”(la imaginería placentera, el soñar despierto) y una imaginación “activa” (orientada hacia un fin).

El aparato más involucrado es el de las funciones de la conciencia, pero “asesorado” por una muy buena capacidad asociativa.

En la creatividad se trata, por lo tanto, de la función más amplia, más superior y más propia del psiquismo humano ya que requiere de la participación de las funciones más desarrolladas en el cerebro del hombre. Sus territorios preferidos y más valorados están en el arte y la ciencia pero es posible ser también creativo en el trabajo y en la vida diaria.

La intuición:

Es una función o capacidad del psiquismo humano de la cual se sabe poco o nada. Consiste en la facultad de poder obtener un resultado final sin tener que pasar por las etapas previas que requiere un proceso de tipo lógico. Se puede expresar a través de los tres sistemas psíquicos descritos:

Intelecto: Saltándose un desarrollo de tipo lógico la intuición intelectual permite el poder pre-decir el resultado final de un problema o el poder elegir una vía para resolverlo. Es la PRE-DICCIÓN.

Instinto-afectividad: En este terreno se trata del poder esperar la ocurrencia de un suceso por medio de un sentimiento que aparece como avisando lo que va a venir. Comúnmente se le conoce como la “corazonada”. Es el PRE-SENTIR.

Conciencia: Aquí la intuición permitiría el poder ver en el ahora una realidad futura, no por la vía del presentir, sino directamente por medio de una visión. Por esto a quienes pueden hacerlo el sentido común les llama “visionarios”. Se trata del don de la PRE-VISION.

¿Es esto toda la psiquis?

Tal como se mencionaba al comienzo, el estudio de la psiquis en forma metódica comienza sólo hace unos 100 años. Aparte de carecer todavía de acuerdo universal acerca de su naturaleza y de su estructura, también carecemos de información suficiente como para determinar las influencias que indudablemente recibe desde el exterior y tampoco sabemos hasta donde alcanza su campo de acción.

Influencias externas:

Desde antiguo se sabe de la influencia cósmica sobre las personas. Aunque negada aún por muchos, parece indudable la influencia que ejercen sobre la personalidad los astros y los signos zodiacales: menos dudas caben sobre la influencia que realizan los relojes “cósmicos” en cuanto a establecer ciclos de mayor y menor actividad o incluso determinar actividades específicas como sucede en el caso de la migración de las aves. Pero lo que resulta evidente para cualquiera es la gran diferencia que existe en el carácter y la personalidad de los pueblos que están más cerca o más lejos de la influencia del sol: la vitalidad y exuberancia de los habitantes de países “tropicales” comparada con la quietud y frialdad de los pueblos “nórdicos”.

También puede considerarse como influencia externa la diferencia en el carácter de las personas “campesinas” comparado con el de las “ciudadinas”.

Alcances de la psiquis:

Fenómenos difíciles de explicar que resultarían del poder de la “mente” son, entre varias, el mover objetos (telequinesis), la transmisión del pensamiento (telepatía) y el poder ver o saber algo sin poseer ninguna información previa (clarividencia). No parece haber dudas en cuanto a la existencia de estos fenómenos pero sí en cuanto a su explicación. A nivel de la vida diaria suceden a veces hechos que podrían estar relacionados con estas facultades: el ejemplo más conocido es cuando una persona nos habla exactamente de lo que estamos pensando en ese momento; o cuando aparece una persona a la cual estábamos recordando.

En suma parece innegable que la psiquis es algo más que las funciones que podemos pesquisar actualmente en nuestro cerebro. Estamos, sin duda, a las puertas de un mundo cuya extensión no es posible imaginar. Pero ¿qué duda cabe?, su exploración ya ha comenzado y una explicación más amplia de sus funciones y de sus extensiones parece ser sólo cuestión de tiempo.

Resumen de algunos “hechos” en relación a lo psíquico.

- 1.- El ser humano es una síntesis entre una realidad material tangible y otra realidad inmaterial e intangible.
- 2.- La parte inmaterial ha sido llamada mente, alma o espíritu, usándolos como equivalentes. La medicina ha usado el término psiquis. Por lo tanto son válidas las visiones del ser humano como formada por cuerpo y alma, cuerpo y mente, cuerpo y espíritu o cuerpo y psiquis.
- 3.- El estudio del cuerpo dura ya casi 500 años. El de la psiquis sólo 100 años.
- 4.- Los especialistas del “mundo interior” carecen de acuerdo acerca de una estructura básica de la psiquis.
- 5.- El intelecto y la razón fueron las primeras funciones psíquicas en ser descubiertas y luego estudiadas en forma científica. Esto explica la primera definición del ser humano como “animal racional”.
- 6.- Existe evidencia de que en gran parte lo psíquico depende del funcionar del cerebro.
- 7.- Las funciones de la psiquis son de la misma naturaleza en todas las personas pero difieren en cuanto a capacidad y desarrollo.
- 8.- La maduración de las funciones psicológicas no es pareja para todas ellas debido a excesos o déficit en el aprendizaje. Se puede ser muy maduro en el intelecto pero muy inmaduro en la afectividad.
- 9.- Así como en los cuerpos de las personas existen más semejanzas que diferencias, lo mismo puede decirse de la parte psíquica.
- 10.- Así como los cuerpos difieren en grados variables de proporción y desarrollo, igual sucede con las diferencias en lo psíquico.
- 11.- Lo propiamente humano está condicionado por factores más psíquicos que corporales, por esto las características psicológicas condicionan más diferencias entre las personas que las características corporales.
- 12.- No porque cada automóvil haya tenido una “trayectoria vital” diferente es lícito concluir que cada automóvil es diferente de otro. (A menos que para establecer diferencias usemos como base no sólo su marca y lugar de fabricación sino también el número y la forma de los rasguños en la carrocería). Similar argumento puede esgrimirse para las diferencias entre las personas.

La idea de cada ser humano como una realidad única e irreplicable es una forma de idealismo que es aún defendida y validada sólo por una especie de romanticismo rebelde y conservador que ya es tiempo de revisar.

Cuando exista un acuerdo ampliamente aceptado acerca de este territorio será posible que surjan también acuerdos para explicar los diferentes comportamientos entre las personas, explicar de un modo más objetivo las afecciones mentales y, posiblemente, también una ampliación en los programas de la educación formal, hoy día orientada casi exclusivamente al desarrollo del sistema intelectual.

Nota final:

Relación con el conductismo: Dado que esta escuela considera al territorio psíquico como una “central” procesadora de estímulos, de entrada y salida de información, cabe el deducir que no considera necesario el precisar la anatomía y la fisiología de este campo.

Relación con la gestalt: Del postulado básico de esta escuela que “el todo es más que la suma de las partes” se podría deducir que no tiene sentido la objetivación de las partes.

(El cuerpo humano es un todo y siempre funciona como un todo pero esto no debería impedir – y no la ha impedido – el estudio por separado de cada uno de sus órganos y sistemas).

Relación con el cognitivismo: En la medida que esta orientación “tiene como objeto de estudio los mecanismos básicos y profundos por los que se elabora el conocimiento” su preocupación por la psiquis está enfocada sólo en el aporte de algunas funciones de ésta para llegar a un determinado saber.

Relación con el psicoanálisis: Nos ha sorprendido, luego del ordenamiento, que las tres instancias “Super yo”, “Ello” y “Yo” se corresponden muy bien – desde un punto vista funcional - con los sistemas Intelectual, Instinto afectivo y Conciencia, que aquí se plantean.

Dr. Luis Andaur Vignolo
Psiquiatra

Temuco (Chile), Julio de 2012