




ENFOQUES CLASICOS DE LA PSICOLOGIA

**JHON FREDY BUSTOS RUIZ
HEYLEEN SOAD CORDONA LEMOS
MONICA FERNANDA CHICA
SAYLI VIVIANA CAICEDO
RED DE TUTORES 403002**

**UNIVERSIDAD NACIONAL ABIERTA Y A DISTANCIA
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, ARTES Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
9 DE DICIEMBRE DE 2015**



ENFOQUES TEORICOS DE LA PSICOLOGIA

Introducción a la Psicología de La Gestalt

Heyleen Soad Córdoba Lemos y Jhon Fredy Bustos Ruiz

Este documento ha sido estructurado a partir del texto Introducción a la Terapia Gestalt, publicado en (2002) por Sebastián Santacruz, de la Universidad Internacional SEK; Ximena Valiente y Loreto Velásquez de la UAHC y Pablo Lazcano, de la Universidad de Concepción, Chile.

Definición y origen de la psicología de La Gestalt.

La palabra alemana Gestalt ha sido traducida de diferentes maneras: configuración, organización, percepción, forma, estructura o campo. Aunque su uso en la literatura sea indistinto vale la pena mencionar que en el idioma español quizás los más utilizados son forma y campo. Se puede hablar entonces de Psicología del Campo o Psicología de la Forma. También se puede hablar de psicología de la percepción.

Hablar de Gestalt implica dos grandes elementos: Psicología de la Gestalt y Terapia Gestalt. **La Psicología de la Gestalt** alude al desarrollo de un conjunto postulados sobre el psiquismo, también conocida como psicología de la forma; en tanto la Terapia Gestalt remite a la intervención psicológica emparentada con esos y otros principios. En este texto se procurará ofrecer una visión sencilla e integrada de ambos elementos.

La Gestalt es un enfoque psicológico que surgió en la Alemania de principios del siglo XX, con las investigaciones de Max Wertheimer. El origen puede ubicarse alrededor de los escritos publicados en 1912

respecto del fenómeno "phi" o percepción del movimiento aparente. De allí se desprende un gran interés por el fenómeno de la percepción, lo que luego produjo un importante número de hallazgos científicos y planteamientos teóricos que revolucionaron la psicología en Alemania.

Como ya se mencionó, Wertheimer (1880-1943) es considerado el principal fundador de la Psicología de la Gestalt, no obstante sus trabajos estuvieron siempre de la mano de Wolfgang Köhler (1887-1967) y Kurt Koffka (1886-1941). **Los tres autores señalados** en este párrafo se propusieron fundar una psicología que pudiera dar cuenta de lo significativo e inmediatamente organizado de la experiencia psicológica consciente, conservando el espíritu experimental y rechazando cualquier intento de descomposición de la vida psicológica. Con esto la psicología de la Gestalt se colocaba en clara oposición al naciente Conductismo y al desgastado Estructuralismo.

Wolfgang Köhler contribuyó a establecer el concepto de aprendizaje por Insight: discernimiento repentino y automático sobre una serie de estímulos. En su libro *The Mentality of Apes* (La mentalidad de los monos), publicado en 1925, describe experimentos realizados con monos antropoides en la isla de Tenerife durante la Primera Guerra Mundial.

Kurt Koffka intentó desarrollar una teoría general de la conducta humana enmarcada bajo el concepto de campo psicológico o ambiente de la conducta. El campo psicológico es para Koffka el individuo y su ambiente; y su interacción dentro del campo forma el contenido de la conducta. También a partir de este concepto desarrolló una teoría gestaltista de las emociones en la que restó importancia a los factores anamnésicos del sujeto para poner el acento en la influencia del ambiente. Su obra más importante es *El crecimiento de la mente* (1924).

Se ha planteado que la psicología de la Gestalt está en oposición al conductismo porque este último había propuesto que el objeto de la psicología debía ser la conducta observable, aislándola de cualquier otro elemento; de allí su modelo de Estímulo-Respuesta (E - R). En contraste, para la Gestalt esa concepción (E - R) no es correcta; el organismo no reacciona con respuestas aisladas a estímulos aislados, sino que responde como un todo a unas pautas complejas de estimulación, las cuales organizan las partes en una totalidad, una forma, una figura, una Gestalt. En este sentido, los experimentos en el campo de la percepción visual y auditiva que realizaron los psicólogos de la Gestalt, pusieron de manifiesto las leyes que permiten percibir un mundo de configuraciones complejas. Estas leyes hacen énfasis en que todo lo percibido es el resultado de procesos organizadores de la conciencia, en donde la realidad que nos rodea no es absolutamente determinante.

La psicología de la Gestalt ve la necesidad de retornar a la percepción sencilla, a la experiencia inmediata. Los individuos no percibimos sensaciones aisladas que posteriormente vamos integrando en totalidades, sino que más bien tenemos una sensación de totalidad. Por ejemplo, cuando miramos un cuadro, lo que vemos primero es la totalidad de ese cuadro sin más, es decir, un paisaje, un bodegón y, posteriormente, podemos ver las distintas partes de que se compone: si es un bodegón con frutas, primero advertimos el bodegón, luego podemos ir viendo separadamente unas frutas u otras, una esquina u otra. Pero en cuanto nos fijamos en un detalle, el bodegón como fenómeno y totalidad desaparece. (Martín, 2006)

La psicología de la Gestalt también se separaba del estructuralismo. Al Estructuralismo se le cuestionó por atomista y

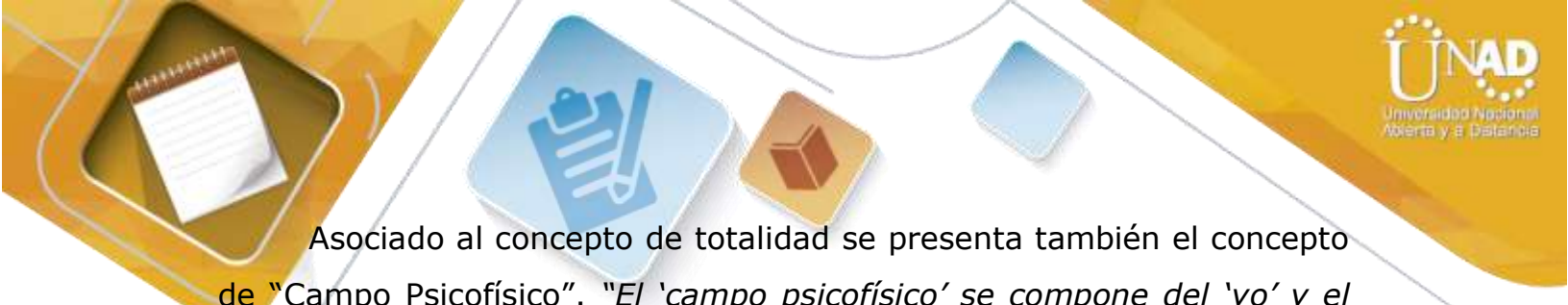
elementalista. La vida psíquica no puede concebirse como algo compuesto de elementos que puedan comprenderse aisladamente.

Objeto de estudio y explicación del comportamiento desde la Gestalt.

Para una comprensión básica de la postura de la psicología de la Gestalt sobre el comportamiento de las persona es necesario entrelazar varios de los postulados teóricos desarrollado en este enfoque.

En primer lugar está el concepto de **Totalidad**, el cual ya se ha dejado entrever. Este concepto resulta de abordar el interrogante sobre cómo se organiza la percepción. Guillaume (1973) sostiene que la experiencia perceptiva es una totalidad en la cual la relación entre las partes que la componen tiene significado a partir de las leyes de composición de la estructura total de esa experiencia. Partiendo de este principio los primeros gestaltistas deducen que el valor de cada elemento que compone el campo perceptual depende de la totalidad en la cual se halla incluido y que el mismo puede variar cuando forma parte de otro contexto perceptivo al lograr un nuevo equilibrio. Lo que esto significa en palabras sencillas es que la percepción que un individuo construye de su realidad depende de la manera como estén organizados todos los elementos de esa realidad, en la cual está incluido el sujeto mismo y todo lo que le es propio a su contexto como sujeto social, biológico, histórico y cultural.

Para los psicólogos de la Gestalt **"El todo es más que la suma de las partes"**. En este sentido se ha establecido el siguiente axioma: La percepción humana no es la suma de los datos sensoriales, sino que pasa por un proceso de reestructuración, que configura a partir de esa información una forma, una Gestalt, que se destruye cuando se intenta analizar. En esencia, no percibimos conjuntos de elementos, sino unidades de sentido estructuradas, o formas (Guillaume, 1973).




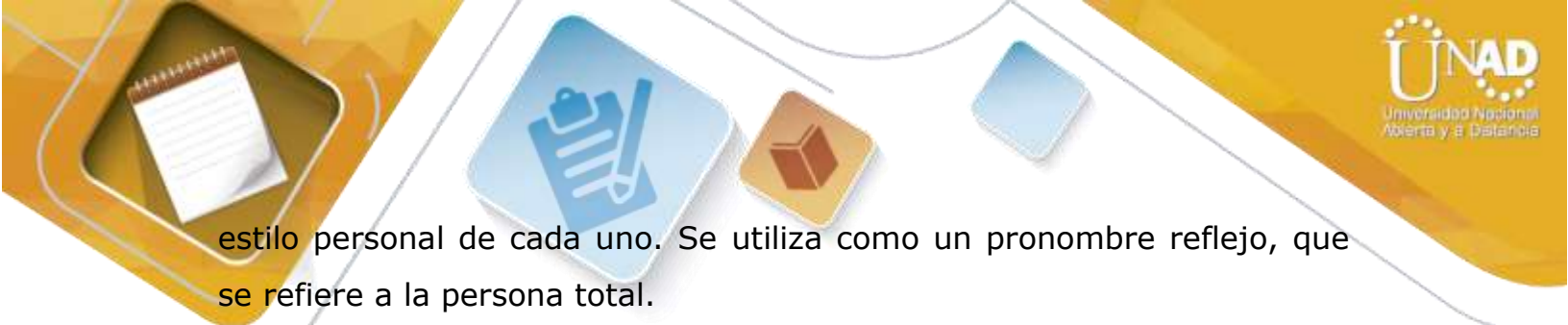
Asociado al concepto de totalidad se presenta también el concepto de "Campo Psicofísico". *"El 'campo psicofísico' se compone del 'yo' y el 'medio ambiente conductual'. Dentro del campo psicofísico se encuentran los determinantes de las conductas que constituyen el yo y los determinantes externos, compuestos del medio ambiente conductual; del yo forma parte mi ropa, mi familia, mi país. El medio ambiente conductual se refiere a todo lo que es experiencia o conocimientos conscientes; se determina por la distribución de fuerzas en el medio físico o geográfico".* (Castanedo, 1997)

A partir de lo anterior la Psicología de la Gestalt define su objeto de estudio, partiendo de una concepción integradora; y reconoce la importancia tanto de la conciencia como de la conducta. Puesto en el terreno de lo cotidiano, en el caso de un sujeto que maltrata, lo importante no es la acción de maltratar, tampoco el entorno del maltrato o del maltratador, ni aun las ideas que llevan al sujeto a maltratar; lo importante es la totalidad. **Todo es importante y habrá de ser abordado holísticamente.**

El conocimiento, las ideas y la experiencia del sujeto maltratador en relación con el maltrato, la violencia, el amor, el poder, las relaciones afectivas, la autoridad, lo moral y otros diversos temas; dentro de su contexto geográfico; configuran el denominado medio ambiente conductual de esta persona. El sujeto, su estructura mental y su conducta de maltrato constituyen el yo. La integración de estos dos componentes configuran el campo psicofísico y es esto último el determinante de la conducta.

El Yo coincide que lo que Perls denominó el **Sí Mismo o Self**. Este es entendido como un proceso dinámico y específico a cada persona, que caracteriza su manera de reaccionar en un campo psicofísico (organismo-ambiente), en un momento dado y siempre en función del






estilo personal de cada uno. Se utiliza como un pronombre reflejo, que se refiere a la persona total.

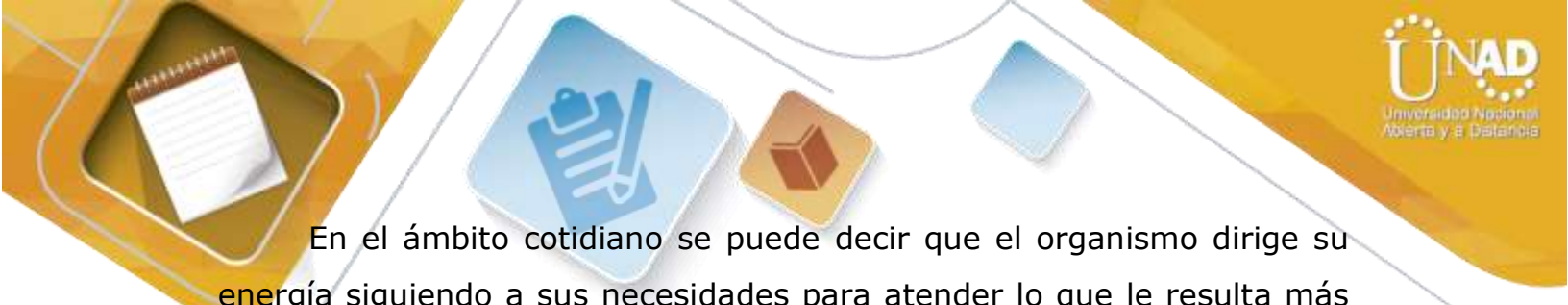
Dicho en otras palabras, el objeto de estudio de la psicología para la psicología de la Gestalt es precisamente la Gestalt. No se dejen confundir por el juego de palabras, pues este asunto es tan sencillo como decir que el objeto de estudio de la psicología conductista es la conducta observable. Es exactamente la misma situación. De lo que se trata es más bien de que se comprenda claramente lo que es eso de la Gestalt, Forma, Campo Psicofísico o Estructura Perceptual.

Ahora bien, con la aclaración de que se trata de una explicación exageradamente reducida, si en cierta forma Gestalt traduce también Percepción, se puede decir incluso que el objeto de estudio de la psicología de la Gestalt es precisamente la percepción o los procesos perceptuales mediante los cuales el sujeto construye y da sentido a su realidad. Deberá trabajar entonces la psicología y explicar de qué manera cada sujeto construye su propia percepción o idea del mundo y cómo esa percepción termina por delimitar o gobernar el comportamiento.

El siguiente postulado significativo dentro de la Psicología de la Gestalt es el de **Figura y Fondo**, el cual se relaciona directamente con el de campo psicofísico.

El campo o experiencia consciente, es decir, el medio ambiente conductual, se descompone en figura y fondo. La figura destaca del fondo, siendo más sustancial y compacta, mejor estructurada y más impresionante que el fondo. En la imagen presentada se ilustra cómo en la percepción visual un campo o Gestalt se estructura a partir de una figura y un fondo. ¿Pero cuál es el fondo y cuál es la figura? Esto depende del sujeto que mira, para algunos puede ser la copa y para otros pueden ser los rostros.





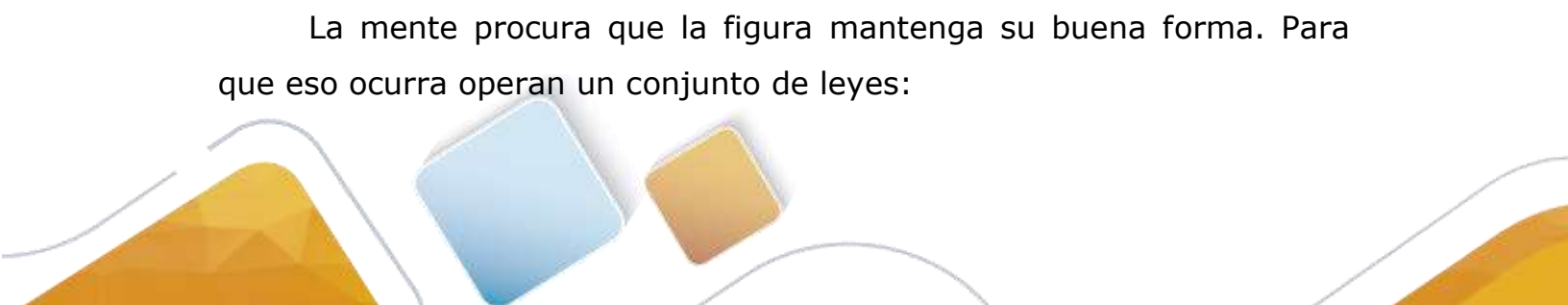
En el ámbito cotidiano se puede decir que el organismo dirige su energía siguiendo a sus necesidades para atender lo que le resulta más significativo. Piénsese por ejemplo en una pareja que está teniendo problemas relacionales. En el campo perceptual de ella puede ser que la figura, lo que para ella se pone en el foco de atención, es la actitud descomplicada y desorganizada de él en el hogar. En el campo perceptual de él es posible que la figura sea el exceso de interés de ella en actividades poco intelectuales. En suma, cada sujeto estructura su campo perceptivo de manera muy particular destacando del fondo, figuras muy distintivas.


El concepto de figura y fondo resulta ser clave en el análisis de la realidad problémica de los consultantes, pues es la base de la explicación del comportamiento desde la Gestalt. Al analizar una determinada situación o caso de estudio el psicólogo de la Gestalt deberá preguntarse, para cada individuo involucrado, cuál es la figura y cuál es el fondo.

Junto a la relación Figura/Fondo debe considerarse también el principio o **Ley de Pregnancia (Prägnanz en Alemán)**. Se conoce también como Ley de la Buena Forma.

La Ley de la buena forma remite a un principio de organización de los elementos que componen una experiencia perceptiva y que los gestaltistas llamaron Pregnancia (Prägnanz). Este mecanismo permite reducir posibles ambigüedades o efectos distorsionadores, buscando siempre la forma más simple o la más consistente; en definitiva, nos permite ver los elementos como unidades significativas y coherentes. Si se analiza la anterior figura se coincidirá en percibir una casa, a pesar de que en la estructura son notorios los elementos faltantes.

La mente procura que la figura mantenga su buena forma. Para que eso ocurra operan un conjunto de leyes:





Ley o Principio de Cierre. Según esta ley, la mente añade los elementos faltantes para completar una figura. Perceptivamente se tiende a completar y llenar aquellas partes y vacíos que se nos presentan incompletos, de tal manera que se permite la captación del objeto en su totalidad. Este principio aplica en la imagen anterior.

Ley de Continuidad. La mente continúa un patrón, aun después de que el mismo desaparezca.

Ley de Semejanza. Nuestra mente agrupa los elementos similares en una entidad. La semejanza depende de la forma, el tamaño, el color y el brillo de los elementos.

Ley de Proximidad. También denominado de cercanía. Los elementos que se encuentran relativamente cercanos, se perciben formando una misma unidad o grupo.


Ley de Simetría. Las imágenes simétricas son percibidas como iguales, como un solo elemento, en la distancia.


Lo importante de estas leyes es que aplican no sólo para la percepción visual, sino que son verificables en la percepción de los sujetos respecto de su realidad en lo cotidiano. Por ejemplo, en relación con la ley de continuidad; si tu pareja y tú llevan varios domingos en la tarde viendo películas acostados en la cama, tu mente te lleva a elaborar la idea de que el siguiente será igual dado que es la continuidad del patrón.

La intervención desde la psicología de la Gestalt.

La intervención desde la psicología de la Gestalt se enmarca en la denominada **Terapia Gestalt**.

Un par de aclaraciones iniciales son esenciales. Lo primero, dicha terapia fue desarrollada en principio por Fritz Perls. Lo segundo, la Terapia Gestalt recoge aportes de la psicología Gestalt, del existencialismo y de la fenomenología. (Pizarro, 2001)







En Terapia Gestalt los trastornos no son 'mentales' sino del organismo. La división mente y cuerpo en Terapia Gestalt no existe. Esto es consistente con el concepto de Totalidad. Por lo cual a aquello que se denomina trastorno (ya sea físico o mental), es lo que en contexto de la terapia Gestáltica se llama **interferencia** con el proceso de formación y destrucción de la Gestalt. (Yontef, 1997; Kepner y Brien, 1989, en Gutiérrez s/a).

Lo que en otros enfoques se denomina trastorno mental, patología o trauma, en la Gestalt se denomina Interferencia en la Construcción de la Gestalt. En este sentido lo problemático resulta ser una Gestalt construida con interferencia. Para la Gestalt el comportamiento depende de la manera como el sujeto percibe su realidad en un momento dado. Hay una conducta problemática cuando hay una percepción problemática, obstruida o distorsionada.

El propósito de la intervención desde la Gestalt es entonces la reestructuración del campo perceptual, es decir de la percepción. Se trata de facilitar que el paciente perciba su realidad de manera menos conflictiva. Para ello se ha de modificar la relación figura-fondo. El psicólogo debe ayudarle al paciente a ver más allá de la figura, prestando atención a otros elementos del fondo.

El sentido de la Terapia Gestalt es la reconstrucción o reelaboración, por el sujeto, de la Gestalt; lo cual se concreta con lo que se ha denominado "**awareness**" o "**darse cuenta**". En Terapia Gestalt el darse cuenta es la capacidad que tiene cada ser humano para percibir y vivenciar lo que está sucediendo, aquí y ahora, dentro de sí mismo y del mundo que le rodea. Es la toma de conciencia global en el momento presente. Se trata siempre de una experiencia subjetiva, que no pasa por la comprensión intelectual de ese flujo. Es un proceso global y






organísmico, en el que están comprometidas todas las respuestas que una persona puede dar en todos los campos posibles.


Pero "awareness" no debe confundirse con Insight. "Insight, tendría un carácter más puntual, sería como un contacto entre consciente e inconsciente, como una iluminación de carácter repentino, un darse cuenta de algo concreto. En tanto awareness es un proceso gradual, un darse cuenta poco a poco, insight es un proceso puntual de sí o no, el awareness se va llenando de sucesivos insights" (Salama y Villareal, 1992).

El objetivo que el terapeuta persigue es utilizar cualquier cosa para convertir a su cliente en un sujeto más consciente y responsable, conecedor de las duras situaciones que se puede enfrentar a lo largo de la vida pero capaz, en cada situación crítica, de recuperar todo el contexto situacional, todas su Gestalt en la que no se desestima lo positivo aun en medio de los conflictos y las pérdidas.

Según la Gestalt, el sufrimiento corresponde a una estructuración perceptual interferida. Se requiere entonces la restructuración perceptual que conduzca a una nueva Gestalt. El camino se construye sobre la premisa de la experimentación en el aquí y el ahora. Y el **Darse Cuenta** es el logro final y la evidencia de esa restructuración, con lo cual termina el sufrimiento.

Ahora bien, para alcanzar las metas de la Terapia Gestalt el psicólogo deberá trabajar en tres sentidos: supresivo, expresivo e integrativo. Al trabajar en estas tres líneas se espera superar aquellos aspectos que mantienen la distorsión de la Gestalt e impiden la restructuración perceptual. Es así que en cada una de estas líneas se han desarrollado algunas herramientas prácticas que el psicólogo utilizará como parte de la terapia.



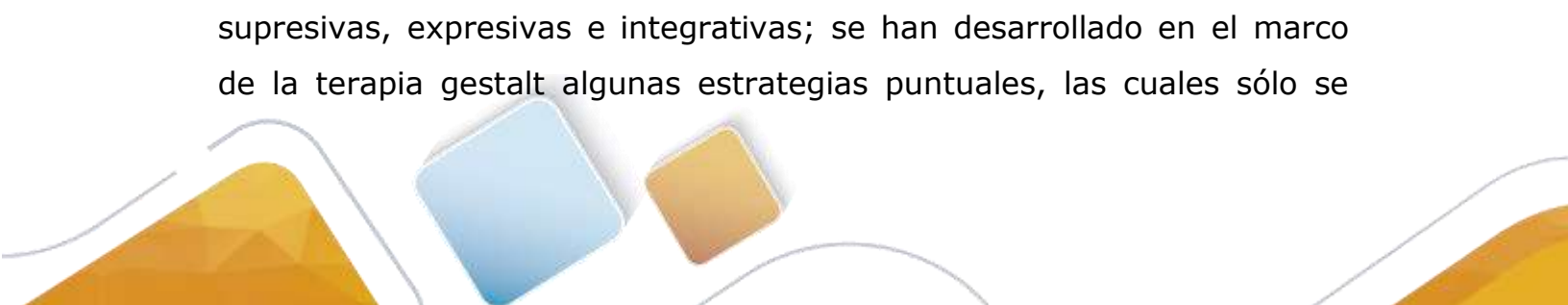


Herramientas supresivas. Ya se ha dicho que el sufrimiento y los problemas del comportamiento dependen de una determinada manera de percibir la realidad. Y ello suele mantenerse porque en la cotidianidad el sujeto incorpora una tendencia constante de evitación. Evita nuevas experiencias, evita nuevas personas, evita nuevas actitudes y nuevos espacios. Desde luego, el problema es que está evitando el acceso a nuevas ideas. Entonces, al hablar de herramientas supresivas se hace referencia a todas las acciones dentro de la terapia dirigidas a romper con esos procesos de evitación.

Herramientas expresivas. Si por un lado el terapeuta debe suprimir la tendencia hacia la evitación; por el otro debe promover la expresión de lo oculto o lo no expresado. Al hablar de herramientas expresivas se hace referencia a cualquier acción que el psicólogo pueda implementar con al fin de estimular la expresión de ideas, sentimientos, juicios o preocupaciones. En este sentido se puede utilizar tareas como la de completar oraciones iniciadas por el terapeuta; la repetición y explicación de frases dadas dentro del discurso o la tarea de traducir a lo verbal la conducta o la postura.

Herramientas integrativas. Las herramientas integrativas son todas aquellas que buscan traer al primer plano de la consciencia aquellos aspectos de la realidad que están alienados o escindidos; en especial en el ámbito de la experiencia intrapersonal. Se perseguirá entonces facilitar el diálogo en el sujeto del "yo quiero" y el "yo debo". En cierta forma se trata de permitir que el sujeto pueda tener contacto con lo que la distorsión en la construcción de la gestalt ha relegado al fondo, al segundo plano.

En coherencia con lo anterior; para avanzar en esas metas supresivas, expresivas e integrativas; se han desarrollado en el marco de la terapia gestalt algunas estrategias puntuales, las cuales sólo se



mencionan en el párrafo posterior. Se invita en todo caso a los estudiantes a consultar acerca de dichas estrategias como parte de su proceso de formación.


1. Técnica del diálogo, de la silla vacía o de la silla caliente.
2. Hacer la ronda.
3. Asuntos pendientes.
4. Me hago responsable.
5. El juego de las proyecciones.
6. Antítesis o juego de roles.
7. El ritmo contacto-retirada.
8. Ensayo teatral.
9. Exageración.
10. ¿Me permites que te dé una oración o señalizaciones?

Estudio de caso desde la psicología de la Gestalt.

José se ha graduado como licenciado de educación infantil. Participó en un concurso de mérito del magisterio y ha sido nombrado en periodo de prueba como docente de una escuela unitaria. La escuela se encuentra en una vereda distante más de 2 horas de la cabecera municipal. Desde el nombramiento han pasado poco menos de 4 meses.

Con el nombramiento de José como docente se esperaba una gran mejora en la calidad de vida de su familia. Su esposa y sus hijos se encontraban muy felices. Aunque tendrían que estar separados entre semana se encontrarían fácilmente cada fin de semanas y los periodos de vacaciones. La realidad en cambio ha sido muy diferente.

Desde la llegada de José a su nuevo trabajo iniciaron las dificultades. El humor de José ha cambiado drásticamente, de ser cordial y simpático se ha transformado en huraño, agresivo y desconfiado. En la comunidad de su escuela está teniendo muchos conflictos tanto por su trabajo con los niños como por el cumplimiento de su jornada laboral.




En cuanto a la jornada laboral José ha presentado numerosas fallas al inicio de la semana y así mismo muchas fallas el último día de la semana. La comunidad expresa que José acude a un sinnúmero de argumentos y justificaciones para ausentarse de la institución e irse a la ciudad donde está su familia.


En cuanto al trato con los niños se le cuestiona el hecho de que prácticamente ha suprimido las actividades fuera de las aulas de clase. No ha llegado a realizar actividades de campo, deportivas o lúdicas. En cambio sí ha promovido en forma excesiva el trabajo en casa, incluso enviando a los estudiantes a casa antes de lo previsto.

El profe José, como le dicen en la comunidad, es poco accesible. No convoca a reuniones. Se relaciona lo mínimo posible con los padres de familia. Y luego de la jornada escolar se encierra en su cuarto durante todo el tiempo; sólo sale para tomar los alimentos.

Con la familia la situación no es mejor. Si bien su humor no es tan problemático si se irrita con facilidad. A su esposa lo que más le preocupa es una cierta tendencia a la irresponsabilidad con su trabajo, cosa que no ocurría antes. Ella coincide con la comunidad en que él está faltando demasiados días a su trabajo. Si bien ella se alegra de que él esté en la casa, le preocupa que las faltas terminen afectándole y que llegue a perder el trabajo. Además menciona que cada vez que debe irse a la vereda se pone muy inquieto, aumenta su agresividad o incluso a veces se queja de estar enfermo.

En la documentación del caso se pudo establecer que José y su familia fueron desplazados por la violencia desde su pueblo de origen. De eso hace más de 10 años. La esposa explicó que cuando llegaron a la ciudad la actitud de José era similar a la actual, pero ella no entiende por qué si las cosas ahora están mucho mejor. Además ella cree que ya habían superado esa época.






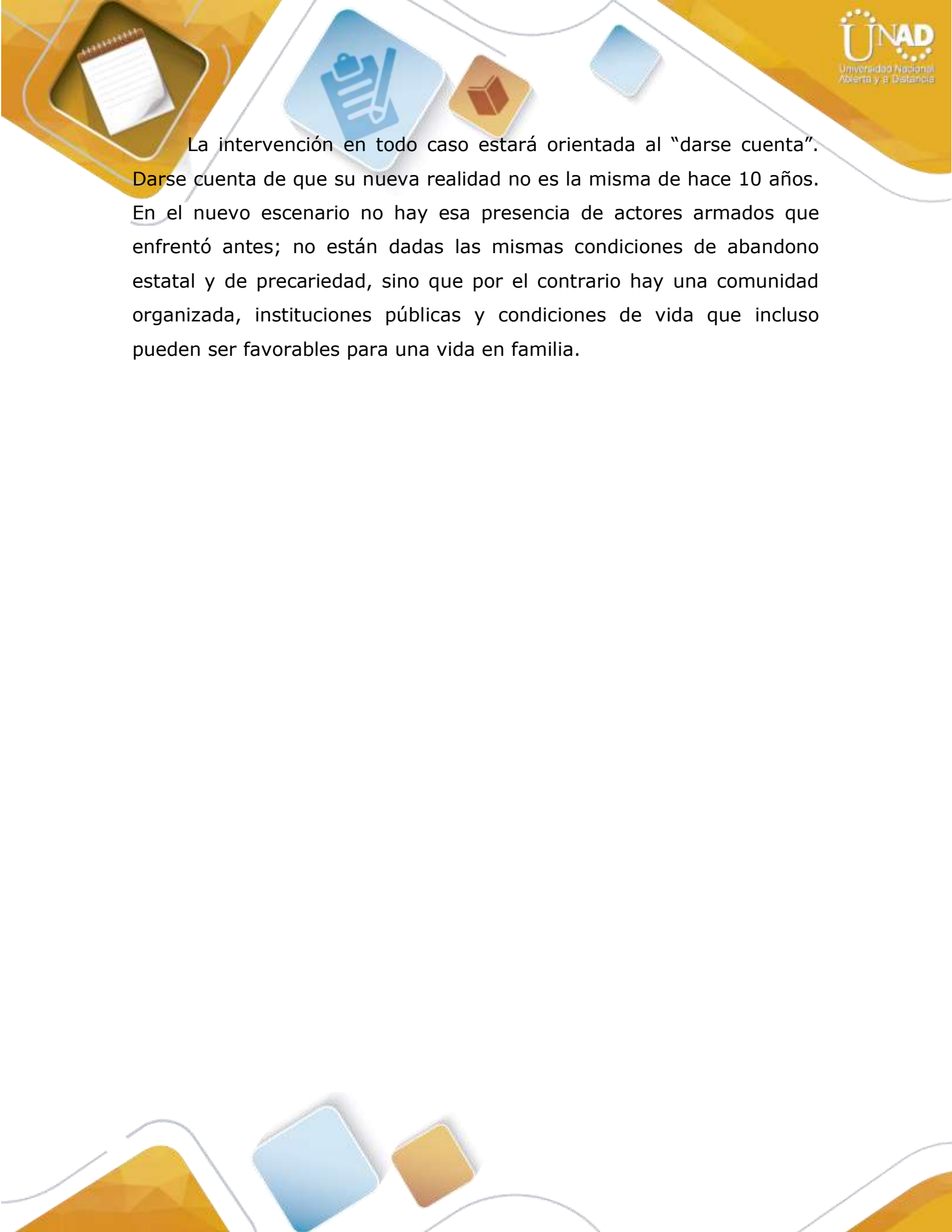
Hipótesis. La Gestalt de José se encuentra distorsionada a partir de su llegada a la vereda donde está la escuela en la que fue nombrado. La razón es que está asimilando su nuevo contexto laboral con el antiguo contexto de violencia de su pueblo desde donde fue desplazado. José se siente amenazado y con una constante sensación de que se va a repetir su experiencia de desplazamiento.

Esta hipótesis es coherente con los análisis de la gestalt en varios sentidos. La conducta de evitación de José es evidente frente a su sitio de trabajo, los padres de familia, las actividades al aire libre, y todo lo que pudiera representarle el estar expuesto. Lo no expresado es la constante de la nueva actitud de José, pues no comparte su esposa sus inquietudes y preocupaciones. Además hay un conflicto entre lo que José cree que debe hacer y lo que está haciendo; por un lado desea ser un buen docente y sacar adelante a su familia, pero en la práctica está dejando de lado su responsabilidad y yendo en contra de lo que desea.

Intervención. Tal como se ha expuesto en la parte teórica, en este caso se trata de alcanzar la reestructuración perceptual por parte de José. Lo cierto es que la realidad en sí en la que ahora está José está muy lejos de ser igual a la de sus temores. Aun así está es la distorsión que se ha generado. José no se ha permitido tener contacto con su nueva realidad para incorporarla a su campo perceptual en sus justas proporciones, y en ello se deberá trabajar dentro del proceso terapéutico.

Será preciso facilitar que José exprese sus sentimientos y temores, que los contraste con la realidad. Será preciso suprimir sus acciones de evitación y sustituirlas por acciones de atreverse al contacto con las emociones, con las personas, con los nuevos escenarios. Y será preciso que él pueda valorar de manera justa los dos contextos que lo afecta: el vivido y el actual.





La intervención en todo caso estará orientada al “darse cuenta”. Darse cuenta de que su nueva realidad no es la misma de hace 10 años. En el nuevo escenario no hay esa presencia de actores armados que enfrentó antes; no están dadas las mismas condiciones de abandono estatal y de precariedad, sino que por el contrario hay una comunidad organizada, instituciones públicas y condiciones de vida que incluso pueden ser favorables para una vida en familia.



REFERENCIAS

Castanedo, C. (1997a) Terapia Gestalt. Enfoque centrado en el aquí y ahora. (3° Ed.). Barcelona: Herder.

Guillaume, Paúl. (1973). Psicología de la forma. (2a ed). Buenos Aires: Psique.


Martín, A. (2006) Manual práctico de Psicoterapia Gestalt. (8ª Ed.) Bilbao: Desclée de Brouwer.

Pizarro (2001) Citado por: Santacruz, S; Valiente, X; Velásquez, L & Lazcano, P. (2002). Introducción a la terapia Gestalt. Universidad Iternacional SEK, Universidad UAHC y Universidad de Concepción. Chile.

Salama & Villareal (1992) Citado por: Santacruz, S; Valiente, X; Velásquez, L & Lazcano, P. (2002). Introducción a la terapia Gestalt. Universidad Iternacional SEK, Universidad UAHC y Universidad de Concepción. Chile.

Santacruz, S; Valiente, X; Velásquez, L & Lazcano, P. (2002). Introducción a la terapia Gestalt. Universidad Iternacional SEK, Universidad UAHC y Universidad de Concepción. Chile.

Yontef, G (1995) Proceso y Diálogo en Gestalt. Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos.



Introducción a la Psicología Conductista

Sayli Viviana Caicedo y Jhon Fredy Bustos Ruiz

El curso de Epistemología de la Psicología es fundamental en el proceso de formación del psicólogo Unadista. Lo es porque les permitirá a los estudiantes elaborar una visión general de la amplitud teórica, epistemológica y metodológica de la Psicología.

El punto de partida es el interrogante: ¿cómo comprende la psicología los problemas y necesidades del ser humano, relacionados con los diversos contextos bio-psico-socio-culturales? Dicho de otra manera, cómo es que desde la psicología se explican y enfrentan las problemáticas de la vida real de las personas y de las comunidades, a qué se atribuyen esos problemas, cuál es su origen y cómo se podrían solucionar. Y si lo prefieren; por qué las personas, los grupos o las comunidades se comportan tal como lo hacen.

Los estudiantes descubrirán que no hay una sola respuesta a tales interrogantes. Por el contrario, conocerán varias posturas, cada una centrando su interés en un aspecto distinto; una interesada en el funcionamiento de la mente, otra en los estímulos del medio ambiente, otra en las necesidades humanas, otra en los procesos perceptivos, otra en las interacciones familiares y otra en el desarrollo temprano de la personalidad y el influjo de los procesos inconscientes. A cada una de estas posturas teóricas se les ha denominado Escuelas o Enfoques Psicológicos.


Las escuelas psicológicas, de acuerdo a su origen y curso histórico, se han dividido en Clásicas y Contemporáneas. **La Psicología Conductista, Behaviorista o Psicología del Aprendizaje**, que se

abordará en esta lectura, se ubica como uno de los enfoques o Escuelas Clásicas.

Surgimiento de la Psicología Conductista

El surgimiento de la psicología behaviorista o conductista se puede ubicar en las primeras dos décadas del siglo XX. Pero quizás el principal referente temporal de su origen está en la publicación de Watson, de 1913, titulada "Psychology as the behaviorist views it". Dicha publicación, como lo recuerda Ardila (2013), *"fue una crítica a la psicología mentalista y una propuesta de una perspectiva diferente, centrada en el estudio objetivo de la conducta, sin tener en cuenta la conciencia ni utilizar la introspección como método para encontrar datos válidos en psicología"*. Téngase presente que en los años inmediatamente anteriores a las publicaciones de corte conductistas la psicología dominante era la mentalista de corte estructuralista, la cual tenía como método principal de investigación la introspección. Dicho de otra manera, la psicología conductista vino a desestimar las posturas mentalistas e introspeccionistas de la época y a reemplazarlas por una psicología que pretendía ser objetiva, rigurosa y sistemática que descansaría sobre la comodidad de centrar su atención sólo en la conducta observable.

Uno de los aspectos que facilitó el posicionamiento de los principios defendidos por el conductismo fue el escaso desarrollo de metodologías o dispositivos que permitieran darle soporte científico a los planteamientos de la psicología mentalista. Si bien el estudio del cerebro era un interés máximo de las disciplinas afines a la medicina los recursos tecnológicos con los que se contaban eran precarios, y aún más los recursos metodológicos para el estudio de la mente. Es en este contexto donde se introduce la metáfora de la "caja negra", con la cual se aludió al cerebro y a las entonces apenas especuladas funciones




mentales. No se negaba la existencia del cerebro o que este pudiera ocuparse de funciones mentales; pero se destacaba el hecho de que hasta entonces no se contaba con maneras objetivas y confiables de acceder a lo que pudiese haber en esa caja negra.

El otro aspecto relevante es de índole económico político. La sociedad estadounidense estaba en proceso de transformación de la mano de la revolución industrial. En ese escenario *“el “evangelio” logro por medio del autocontrol, y la preocupación nacional por la eficiencia y el orden durante la transición de una sociedad individualista a una sociedad corporativa, estuvo muy acorde con las propuestas originales de Watson”*. (Ardila, 2013).

Tanto como Watson, otros autores también fueron decisivos en el origen y desarrollo de la psicología conductista. Pavlov, Betcherev y Thorndike son los más relevantes. Pavlov pensaba que la conducta se da por medio de reflejos instintivos que repetidos forman la información a guardar. Betcherev se interesaba más por los reflejos musculares. Y Thorndike, que estudiaba la psicología animal, apoyaba que los humanos tienen la misma forma de conducirse y aprender que los animales: ensayo y error.

El objeto de estudio de la psicología desde la postura conductista.

Si existe un planteamiento contundente en relación con lo que debe ser el objeto de estudio de la psicología ese es el conductista. Para la psicología conductista esta debe ocuparse de la explicación y el control de la conducta observable. Las críticas contra la psicología introspeccionista que formuló Watson afirmaban que para convertirse en una ciencia natural era preciso que la psicología abandonara el estudio de la conciencia y el método introspectivo. La conducta de los seres



humanos, y de los animales no humanos, se podía estudiar sin referirse a la conciencia.

Desde la perspectiva conductista el comportamiento humano se divide en dos grandes categorías. En la primera se incluye todo el repertorio de comportamiento propio del ser humano por el simple hecho de hacer parte de esta especie, es lo que se podría denominar el comportamiento innato. En esta categoría del comportamiento estarían los reflejos físicos (patelar, pupilar, inguinal, plantar, óculo-céfalo-giro, entre muchos otros) y los instintos (supervivencia). En la segunda categoría está el repertorio de comportamiento aprendido.

Para los psicólogos conductistas es clave esa diferenciación entre conducta innata y conducta aprendida, porque a partir de allí se delimita el campo de acción del psicólogo. En tanto la conducta innata es inalterable la conducta aprendida es susceptible de modificación, si se descubren los principios que median en su aprendizaje. Dicho esto, se puede afirmar que para el psicólogo conductista el objeto de estudio es la conducta observable, pero más específicamente la conducta observable que ha sido aprendida; y así mismo los mecanismos mediante los cuales se aprende esa conducta. Si el psicólogo conoce los principios y mecanismos mediante los cuales se aprendió una conducta podrá realizar intervenciones que permitan la transformación, repetición o la misma extinción de esa conducta aprendida.

La explicación del conductismo sobre el comportamiento.

La psicología conductista introdujo el muy difundido modelo de (E – R) Estímulo – Respuesta. De acuerdo con este modelo de análisis del comportamiento cada conducta de los individuos está determinada directamente por los estímulos que proceden del medio ambiente. Se puede entonces afirmar que la psicología conductista es una psicología ambientalista, pues le da a los estímulos todo el poder como

determinante de la conducta. Dicho de otra manera, el comportamiento de las personas (pero igual de cualquier organismo vivo) está determinado por la disposición de los estímulos medio ambientales y de las circunstancias en que actúan sobre el organismo del sujeto.

Significa lo anterior que cualquier conducta adecuada o inadecuada socialmente, adaptativa o problemática, deseable o indeseable ha sido aprendida; y la explicación de dicha conducta se encuentra en los estímulos recibidos por el sujeto desde su medio ambiente.

A pesar de que el acuerdo es total en cuanto al modelo E-R y lo que significa, en el seno conductista se desarrollaron varias vertientes explicativas para desarrollar este modelo. En otras palabras, aunque para todos los conductistas el modelo E-R es correcto, no todos están de acuerdo en cómo se manifiesta en la práctica dicho modelo. Es así como se han desarrollado varias vertientes teóricas que aun así siguen siendo conductistas.

El conductismo, desde sus inicios hasta nuestros días, ha presentado tres grandes vertientes teóricas: el **condicionamiento clásico**, el cual tiene sus orígenes en los trabajos de J.B. Watson; el **condicionamiento operante**, propuesto por B.F. Skinner, que ejerció una gran influencia en la Psicología de la post-guerra y, por último, el conductismo **socio-cognoscitivo**, asociado principalmente a las investigaciones de Albert Bandura. Se referirá este documento solamente a las primeras dos vertientes, que son las que exponen de manera más notoria los fundamentos epistemológicos más estrictos del conductismo.

Condicionamiento clásico


Para una fácil comprensión del condicionamiento clásico es importante prestar atención al siguiente esquema, el cual ilustra el

proceso. No obstante es importante adelantar que en esta comprensión es clave tener claridad sobre lo que se denomina la conducta respondiente, que es la base de este modelo explicativo. Toda conducta respondiente es producto de las conexiones específicas entre el estímulo y la respuesta, como es el caso de los reflejos; en otras palabras son conductas automáticas y mecánicas que se desencadenan por estímulos específicos e independientes del emisor de la respuesta.



Figura 1: Condicionamiento clásico. (Fuente propia)


El esquema muestra el proceso mediante el cual desde un (RI) Reflejo Incondicionado, y mediante la asociación repetida a un (EN) Estimulo Neutro, se origina lo que viene a denominarse un (RC) Reflejo Condicionado, es decir una Conducta Aprendida. Un Reflejo Condicionado o Conducta Respondiente está formado por un (EI) y una (RI). Luego, el Reflejo Condicionado o aprendido queda formado por un (EC) Estímulo Condicionado y una (RC) Respuesta Condicionada. En la columna de la izquierda el proceso se ilustra conceptualmente, mientras que en la columna de la derecha se ofrece un ejemplo.



Volviendo a la diferenciación entre la conducta innata y la conducta aprendida es fácil ilustrarla mediante el ejemplo dado en la gráfica. Todo niño pequeño en condiciones normales responderá con llanto ante un estruendo o grito amenazante, lo que significa que se trata de un (RI) Reflejo Incondicionado, donde el grito o estruendo es el (EI) Estímulo Incondicionado y el llanto es la (RI) Respuesta Incondicionada.

En cambio, no es un Reflejo Incondicionado que un niño lllore simplemente por la presencia de su niñera. Entonces, si un niño llora por la pura presencia de su niñera es porque lo ha aprendido mediante el proceso de condicionamiento descrito en la gráfica. La respuesta de llanto ante la niñera es entonces una conducta adquirida por el niño, en este caso porque la niñera, que en principio era un (EN) Estímulo Neutro, adquirió el carácter de (EC) Estímulo Condicionado, dada su presencia repetidas veces en asociación con el estruendo o grito. Cuando el proceso de condicionamiento se ha consolidado el niño llorará en presencia de la niñera aunque no se llegue a presentar el grito o estruendo.

Lo descrito hasta aquí puede denominarse condicionamiento de primer orden. Con ello se expresa un desarrollo posterior denominado (CSO) Condicionamiento de Segundo Orden. De acuerdo con Jara & Otros (2005), el CSO es atribuible a Pavlov. El CSO sencillamente establece el hecho de que un (RC) Reflejo Condicionado adquiere una fuerza significativa que permite que un segundo (EN) Estímulo Neutro que se le asocie repetidamente al (EC) Estímulo Condicionado en primera instancia genere una nueva conducta aprendida, es decir un condicionamiento que no partió del (RI) Reflejo Incondicionado, sino del (RC) Reflejo Condicionado.



Para mejor comprensión se puede volver al ejemplo que se viene tratando. Si el niño ya adquirió en Reflejo Condicionado de llanto ante la niñera, es posible introducir un nuevo estímulo neutro que al asociarlo con la niñera genere por sí sólo el llanto. Por ejemplo, si de manera reiterada colocamos una canción de cuna y seguidamente se hace presente la niñera el niño llorará en presencia de la niñera; pero luego de varias repeticiones llegará un momento en el que el niño llorará con sólo escuchar la canción de cuna. Que el niño llore como respuesta a la canción de cuna es una conducta aprendida de segundo orden. La niñera es el EC. La canción de cuna es en principio el EN 2. Luego del proceso de asociación se obtiene un (RC2) Reflejo Condicionado de segundo orden, donde la canción de cuna se ha convertido en Estimulo Condicionado de Segundo Orden y el llanto es la Respuesta Condicionada de Segundo Orden.

Condicionamiento operante

Hacia los años treinta, al interior del enfoque conductista se dio inicio a un período de revisión, poniendo en tela de juicio los principales fundamentos teóricos y metodológicos del conductismo Watsoniano. Esta etapa de crítica interna dará origen a una nueva era del conductismo, haciendo de éste un movimiento más vigoroso e incluyente y con una base experimental mucho más amplia y detallada en la psicología científica.

Este neo conductismo, además de caracterizarse por su afán renovador y crítico, también se vio fuertemente influenciado por las investigaciones de Edward Lee Thorndike (1874-1949), especialmente las referidas al aprendizaje, donde jugó un papel muy importante la "Ley del Efecto", cualquier acto de un sujeto

que produzca un efecto satisfactorio en una situación dada, tenderá a ser repetido en esa situación. (Aguirre, 1999).

El modelo propuesto por Skinner parte del modelo básico conductista E - R. No obstante, introduce un nuevo elemento que viene a zanjar diferencias con el modelo clásico. Se presenta entonces el modelo (E - R - C) Estímulo - Respuesta - Consecuencia. En la siguiente gráfica se ilustra toda la lógica del modelo operante.

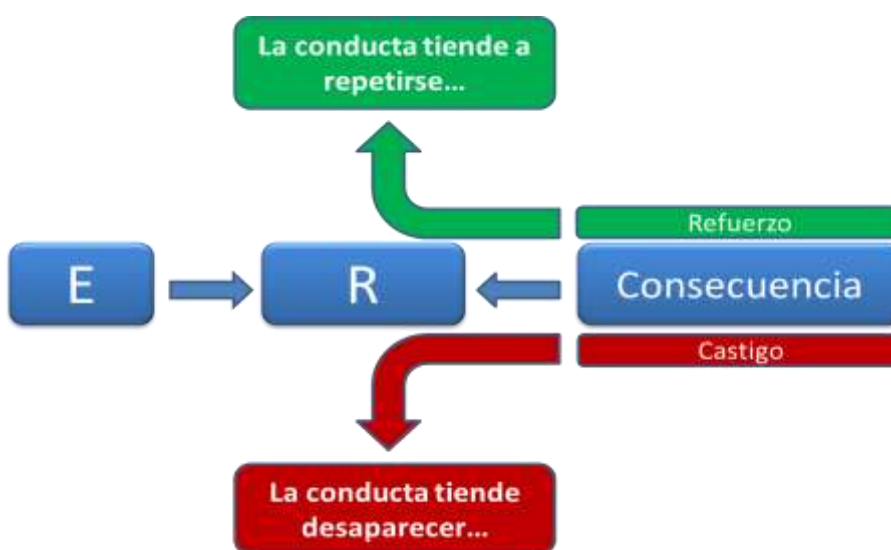



Figura 2: Modelo de condicionamiento operante. (Fuente propia)

La gran novedad de este nuevo modelo es que cuando se estudia una conducta no se analiza lo acontecido "atrás", las características del estímulo, sino hacia delante, esto es, la correlación existente entre la respuesta y sus consecuencias. En este sentido, para el condicionamiento operante el elemento determinante del comportamiento no son los estímulos que preceden la conducta sino las consecuencias que derivan de cada conducta.


Aparecen entonces dos conceptos clave del condicionamiento operante: el refuerzo y el castigo. Siempre que una conducta se altera en su ocurrencia, bien sea porque aumenta o disminuye, porque se




repite o porque desaparece es porque hay circunstancias o consecuencias que generan esa alteración. **El Refuerzo** es cualquier circunstancia, situación o consecuencia que es favorable a la conducta, es decir que promueve o anima su repetición. **El castigo** es cualquier circunstancia, situación o consecuencia que es desfavorable a la conducta, es decir que incide para que la conducta no se repita.

Para mayor comprensión considérese el siguiente ejemplo. La madre y su hijo van caminando por el centro comercial y de pronto el niño se percata de un hermoso juguete que está exhibido en el aparador de una tienda a lo que le sigue el pedido para que se lo compre. La madre no presta atención al pedido del niño y sigue adelante. Aparece entonces la primera conducta de berrinche de este niño. Es entonces donde dicha conducta entra a estar sujeta de la consecuencia. Si la consecuencia del berrinche es que esta madre decide comprar el juguete y terminar con la vergüenza que le genera el berrinche; en el futuro es muy probable que el niño presente berrinches cada vez que quiera obtener algo. Por el contrario, si la madre resiste la vergüenza del berrinche y se niega a comprar el juguete, pero además regaña drásticamente al muchacho; en el futuro es poco probable que la conducta de berrinche se repita en el niño. En el primer caso el juguete se convierte en el refuerzo que hace que la conducta de berrinche se repita. En el segundo caso el regaño drástico se convierte en el castigo que hace que la conducta de berrinche no se repita.

Tanto el refuerzo como el castigo pueden ser positivos o negativos. Positivo en el sentido de que se introduzca un elemento o situación para que actúe como refuerzo o como castigo. Y negativo en el sentido de que se retire algún elemento para que ello actúe como refuerzo o como castigo.






Para comprender mejor el refuerzo positivo y negativo es bueno partir de una conducta adaptativa que se quiere promover y aumentar, por ejemplo el de cumplir con las tareas del colegio. Un aumento en la mesada, una felicitación, una ida a cine una mención honorífica son **refuerzos positivos**. Son positivos porque son cosas que introduzco; y son refuerzos porque van a aumentar la posibilidad de que la conducta aumente. Exonerar al estudiante de sus quehaceres domésticos es un **refuerzo negativo**, es negativo porque estoy retirando una cosa y es refuerzo porque también se busca aumentar la conducta de realizar las tareas escolares.


Ahora, para comprender mejor el castigo positivo y negativo es bueno partir de una conducta problemática o des adaptativa que se quiera suprimir, por ejemplo el decir groserías. Un regaño o una tarea doméstica que se le asigne son **castigos positivos**; castigos porque la idea es suprimir la conducta de decir groserías y es positivo porque son elementos introducidos. Suspenderle el celular, retirarle la mesada, quitarle la televisión o suspender las salidas al parque son **castigos negativos**; castigos porque la idea es suprimir las groserías y negativo porque estoy retirando cosas.

La intervención desde la psicología conductista.

La terapia se basa en el principio de que las malas conductas, sea cual sea su origen, se adquieren como resultado de un aprendizaje. En este sentido vale reiterar que el sentido de la intervención conductista es la predicción y el control del comportamiento; lo que se resume en la posibilidad de enfrentar y suprimir conductas inadecuadas o des adaptativas o de promover conductas deseables y adaptativas que puedan convertirse en hábitos saludables.

La psicología conductista debe su gran aceptación al desarrollo de técnicas de intervención muy específicas que han dado muestra de ser





efectivas en diferentes contextos humanos. Muy a pesar de los discursos cognitivistas, humanistas y constructivistas con los que se intenta desestimar el valor de las premisas e intervenciones conductistas en la realidad práctica fácilmente se puede identificar la actuación conductista implementada ampliamente en entornos educativos, organizacionales, familiares y sociales. Los memorandos, los planes de incentivos y los reconocimientos públicos que se practican en casi todas las organizaciones públicas o privadas son en esencia aplicación del conductismo. Las caritas felices y las caritas tristes que se otorgan a los niños en las instituciones de educación inicial así como los sistemas de calificación acumulativa de las instituciones educativas son aplicación de condicionamiento. Es factible afirmar que la esencia conductista; manifestada en la cotidianidad relacional del premio y el castigo, del halago y la descalificación; está inmersa es casi cualquier contexto social que pueda considerarse.

En la literatura pueden encontrarse numerosas técnicas de modificación del comportamiento fundamentadas en los planteamientos teóricos del conductismo. Estas se relacionan con el modelo de condicionamiento de donde proceden. Es decir que hay técnicas que se fundamentan en el condicionamiento clásico y técnicas que se fundamentan en el condicionamiento operante. En este texto sólo se hará alusión a algunas de esas técnicas, y se procurará ubicarlas de acuerdo a su fundamento teórico.


Técnicas asociadas al condicionamiento clásico.

Desde la perspectiva del condicionamiento clásico se presentan en este texto dos técnicas de modificación del comportamiento que son muy conocidas en el ámbito profesional de la psicología.

1. Desensibilización sistemática.

2. Inundación o implosión.






Desensibilización sistemática: Esta es una técnica de exposición del sujeto a su objeto generador de temor o ansiedad. Se fundamenta en el concepto o premisa de inhibición recíproca; según el cual el efecto de un estímulo condicionado generador de una determinada respuesta puede ser eliminado si se le sobrepone un estímulo superior en capacidad para generar una respuesta adaptativa. Suele usarse cuando existe un estímulo provocador de ansiedad claramente identificable: fobias, obsesiones, compulsiones, disfunciones sexuales.

Piense en un niño que por una experiencia traumática desarrollo fobia al agua corriente o estancada; no al agua de la ducha o a la de beber y de los alimentos. En virtud de esa fobia el niño no va a paseos, no ha ido al mar, no va al río y no nada en piscinas aunque tenga esta posibilidad en la educación física de su colegio.

El procedimiento tiene varios elementos. Primero, un trabajo de relajación que prepare al sujeto para la exposición al objeto de temor y que se desarrolle la menor cantidad de ansiedad posible. Segundo, una jerarquía de situaciones generadoras de ansiedad asociadas al objeto de temor, que vaya desde la situación que genera el mínimo de ansiedad hasta la situación plausible que le genere mayor cantidad de ansiedad. En el ejemplo, el inicio de la jerarquía podría ser con una invitación a un sitio donde se sabe que hay una piscina o un lago; más adelante, pasar en carro por encima de un puente desde donde se ve correr el río y en la parte final estar sólo en el centro de una piscina grande y profunda. La jerarquía puede tener incluso más de 30 ítems, dependiendo de lo complejo del caso. Tercero, el proceso de desensibilización propiamente dicho.

En cada sesión del proceso se sigue el mismo curso. Se hace el proceso de relajación y luego se pasa a la exposición gradual sobre la jerarquía de temores. Se inicia desde el menor y se avanza los ítems



que sea posible, en donde se evidencie que los síntomas de temor se mantienen mínimos y dentro del control del sujeto.

Esta exposición se puede realizar primero en el terreno de lo imaginado y luego en el terreno real. En algunos casos el proceso imaginado es suficiente. En otros es preciso ir a lo real. En otros es factible desde el inicio trabajar en lo real.

Cuando se habla de lo imaginado es porque la jerarquía de necesidades no se va a experimentar de manera directa, sino que en consultorio, luego del proceso de relajación, se le pide al paciente que se imagine esa situación de temor que está en la jerarquía. Y es allí donde el terapeuta interviene llevándolo a que junte esa situación de temor con algunos elementos que sean agradables, para que esos elementos superen el efecto de la situación de temor. Para ello es preciso previamente conocer ampliamente las cosas, personas, escenarios, gustos que para el sujeto son agradables o valiosos.

En el caso del niño con fobia al agua, puede llegar un momento en el que la jerarquía señala como situación de temor: estar sentado en una silla junto a una piscina. Esa situación es evocadora de un gran temor, pero se puede llegar hasta allá si en el contexto se introduce al mejor amigo del niño utilizando un video juego de moda. Esto sabiendo que al niño le fascina dicho videojuego. En este sentido el estímulo amigo y videojuego desvalorizan el efecto evocador de temor de la piscina.

Esta lógica se aplica de manera sistemática hasta que el sujeto avance lo más que sea posible al último ítem de la jerarquía. Con frecuencia esto se logra.

Inundación: Contrario a la desensibilización sistemática donde la exposición al objeto de temor es paulatina, en la inundación, como su



nombre lo indica, se trata de enfrentar al sujeto de manera directa a su objeto de temor en condiciones controladas.

Lo clave en esta técnica es crear las condiciones para que se enfrente al sujeto a su objeto de temor y que se impida el escape o la evitación, que es lo que siempre hace el individuo. El enfrentar al sujeto a su objeto de temor se genera esa explosión hacia adentro del sujeto (implosión), es decir se inunda de temor y es invadido por los síntomas. En esta situación, al evitarse la huida, el sujeto no tiene más que mantenerse allí; sólo que con el paso del tiempo la respuesta fisiológica, que es la que genera los síntomas, se reduce y los síntomas descienden al mínimo. Allí el sujeto entra en control, reflexiona sobre la ausencia de amenaza e incorpora a su ámbito de control esa nueva situación de exposición que antes no había tenido porque siempre la evitaba.

Esta técnica está contraindicada en personas en las que la ansiedad intensa puede resultar peligrosa (por ejemplo personas con cardiopatías).

Técnicas asociadas al condicionamiento operante.

Todas las técnicas que se presentan en esta sección se fundamentan en la misma premisa: administrar refuerzos o castigos con el fin de eliminar conductas problemáticas o para fortalecer conductas deseables. De acuerdo con Ruiz et al (2012) las técnicas operantes de intervención para modificación del comportamiento pueden distribuirse en tres categorías. 1) En primer lugar las técnicas para el mantenimiento e incremento de conductas. 2) En segundo lugar las técnicas para la eliminación de conductas. 3) Y en tercer lugar las técnicas para la adquisición de nuevas conductas.

1) Las técnicas para el mantenimiento e incremento de la conducta son:

Reforzamiento positivo.



Reforzamiento negativo.

Programas de reforzamiento.

Ya en este texto se ha explicado el refuerzo positivo y negativo. No es necesario reiterar esos dos conceptos. No obstante si es preciso desarrollar lo relativo a los programas de reforzamiento.

Para Ruiz et al (2012) "Los programas de reforzamiento son las reglas que describen cómo fomentar, incrementar y mantener una conducta en función de la aplicación de los reforzadores una vez emitida la conducta". Dicho de otra manera, se habla de un programa de reforzamiento porque se refiere a una estrategia organizada y rigurosa para administrar premios (refuerzos) de tal manera que se logre el objetivo de promover una determinada conducta.

Pueden estructurarse programas de reforzamiento continuo y programas de reforzamiento intermitente. Un programa de reforzamiento continuo es aquel en el que se presenta el refuerzo o premio siempre e inmediatamente después de que ocurre la conducta deseada. Si la conducta deseada es el cepillado de los dientes en un niño se deberá dar el refuerzo previsto siempre que el niño se cepille sus dientes. Esto durante el tiempo que este previsto que dure el programa de reforzamiento.

Los programas de reforzamiento intermitente son aquellos en los que el premio o refuerzo se presenta sólo cuando se cumpla una cierta condición. Esa condición puede ser un número determinado de conductas o un determinado tiempo. De allí que los programas de reforzamiento se dividen en **programas de razón o programa de intervalo**. Los programas de reforzamiento de razón son aquellos en los que se requiere un número determinado de conductas para que se dé el refuerzo, por ejemplo que se dé el premio cuando el niño acumule tres cepillados de sus dientes. Los programas de reforzamiento de intervalo

son aquellos en los que la presentación del refuerzo o premio se da luego de que se cumple un determinado lapso en el que la conducta perdura; por ejemplo se dará el premio al niño luego de cada semana en la que la conducta se mantenga.

2) Las técnicas operantes para la eliminación de conductas son:

Castigo positivo.

Castigo negativo.


Reforzamiento diferencial de otras conductas.

Extinción.

Ya en este texto se ha explicado el castigo positivo y negativo. No es necesario reiterar esos dos conceptos. No obstante si se desarrollarán las técnicas de reforzamiento diferencial de otras conductas y la técnica de extinción.

El RDO Reforzamiento Diferencial de Otras Conductas se refiere sencillamente a la estrategia de buscar que una conducta problemática desaparezca como consecuencia de reforzar y promover otras conductas que sean deseables. Se puede reforzar conductas adecuadas que sean incompatibles con la conducta problemática, como el deportista que recibe premios por alcanzar un mayor rendimiento con lo cual se suprime una su conducta problemática de consumo de bebidas alcohólica, puesto que las bebidas alcohólicas son incompatibles con el rendimiento físico. También se pueden reforzar conductas alternativas que compiten con la conducta problemática, por ejemplo si se quiere suprimir el consumo de videojuegos se puede reforzar la participación en actividades deportivas.

La técnica de Extinción se refiere sencillamente al análisis de una conducta problemática para identificar los reforzadores que la están promoviendo. Al identificar esos reforzadores se trabajará en su eliminación, bajo la premisa que al desaparecer los refuerzos se reducirá



la conducta al punto de extinguirse. Muchos niños pequeños sueles decir groserías porque se les exalta y se les hace "fiesta" cuando lo hacen; de manera que es factible extinguir la conducta s se logra suprimir el refuerzo.


3) Las técnicas para la adquisición de nuevas conductas que se tendrán en cuenta son:


Moldeamiento.

Encadenamiento.

El moldeamiento es un proceso paulatino de reforzamiento de conducta menores que de a poco llevan hasta una meta final. El moldeamiento se utiliza para instaurar conductas simples y especialmente conductas complejas. Es el ejemplo de cuando se quiere instaurar en un escolar buenos hábitos de estudio desde que inicia su proceso escolar. Se inicia reforzando pequeñas acciones asociadas al estudio y luego se avanza a reforzar sólo las conductas que están más cerca de la meta final y se deja de reforzar las acciones que inicialmente se reforzaron pero que ahora ya deben ser reemplazadas por acciones más cercanas a la meta. En principio puede ser factible reforzar en el niño la conducta de colocar el bolso de los libros en el sitio y luego reforzar la conducta de sacar los libros del bolso y ordenarlos. Al final el refuerzo se dirige la realización se sesiones específicas de estudio o el interés por nuevos libros.

Para que la técnica de moldeamiento sea efectiva es necesario: 1) seleccionar la conducta meta y definirla de forma objetiva, clara y completa, incluyendo todos los elementos que forman parte de ella. 2) Evaluar el nivel de ejecución real, 3) seleccionar la conducta inicial que servirá de punto de partida, 4) seleccionar los reforzadores que se utilizarán y 5) reforzar





diferencialmente las aproximaciones sucesivas. (Ruiz et al; 2012, p. 164)


El encadenamiento se utiliza para instaurar conductas complejas que dependen de una secuencia de conductas sencillas que están “encadenadas” es decir que al realizarlas de manera secuencial completan la tarea. Ejemplo de conductas que pueden ser trabajadas mediante encadenamiento son las destrezas deportivas, la ejecución de instrumentos musicales y procedimientos en general.


La clave para que el entrenamiento mediante encadenamiento sea exitoso es que haya una correcta comprensión de los eslabones que componen la cadena. Hecho esto, dependiendo de la conducta a instaurar, se puede avanzar en el proceso de encadenamiento hacia adelante o hacia atrás. Esto depende de la conducta. Si se va a utilizar encadenamiento para entrenar a un niño en natación lo primero es necesariamente que aprenda a flotar, luego a patear y más adelante a bracear. El refuerzo se ira aplicando a la conducta o eslabón que se vaya a agregar. Esto es encadenamiento hacia adelante, de lo simple a lo complejo.

El encadenamiento hacia atrás inicia con la realización de la conducta final y luego se sigue el curso de reforzamiento hacia los eslabones previos. Si se va a entrenar a una persona para leer el periódico en internet se inicia con esto y luego se va hacia las acciones previas y necesarias. Tenga presente que para leer un diario en internet se requiere desde encender el computador, abrir el navegador, buscar el diario y finalmente acceder al diario deseado.

Estudio de caso desde la psicología conductista.

Hombre de 19 años, estudiante de contaduría, llega al consultorio muy preocupado y agitado con cara de angustia refiriendo desesperadamente que necesita ayuda. Le preocupa mucho la situación






por la que está pasando en la Universidad. Desde hace tres meses que ingreso a la universidad la sola idea de examen lo pone muy nervioso, tanto que días antes del examen no puede dormir, come muy poco y mantiene de mal humos. Con solo ver el prontuario y la fecha de exámenes siente que se le va a salir el corazón, le empiezan a sudar las manos, empieza a tener náuseas y siente un dolor abdominal muy fuerte.

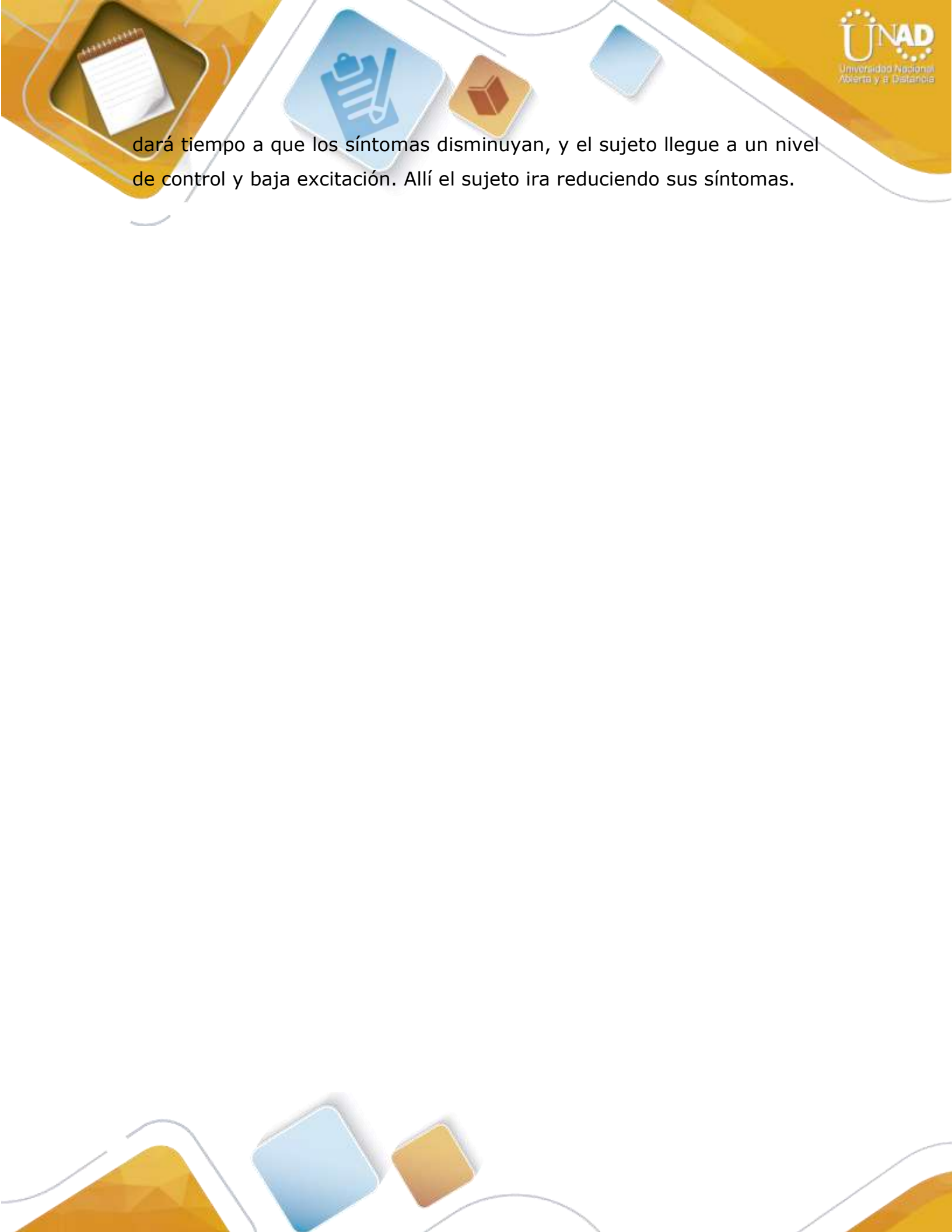
Hace una semana tuvo varios exámenes y no pudo responder ninguno, empezó a tener todos los síntomas anteriores y su mente se bloqueó. De nada valieron las extensas jornadas de estudio por dos semanas consecutivas.

Hipótesis: El punto de vista más clínico daría un diagnóstico de Trastorno de Ansiedad. Esto en la práctica lo que significa es que el joven ha adquirido una respuesta condicionada de temor frente a los exámenes académicos.

Análisis: Desde el conductismo podrían hacerse un análisis desde el modelo clásico o desde el modelo operante. Desde el modelo clásico, de acuerdo al modelo E - R, los exámenes son el EC Estímulo Condicionado y todos los síntomas de temor son la RC Respuesta Condicionada. Desde el modelo operante hay claramente una conducta des adaptativa de temor, seguida por el beneficio o reforzamiento de la conducta derivada de la evitación.

Intervención: Según sea el análisis realizado, si es clásico u operante, así mismo podrá ser la intervención. Desde el modelo clásico podría funcionar perfectamente una técnica como la inundación; implicaría forzar al joven a enfrentar las evaluaciones invirtiendo el tiempo que fuese necesario. Al estar enfrentado al examen sobrevendrán todos los síntomas, pero al impedir que haya evitación se





dará tiempo a que los síntomas disminuyan, y el sujeto llegue a un nivel de control y baja excitación. Allí el sujeto ira reduciendo sus síntomas.




REFERENCIAS

Aguirre, E. (1999). Enfoques Teóricos Contemporáneos en psicología: UNAD.

Ardila, Rubén (2013) Los orígenes del conductismo, Watson y el manifiesto conductista de 1913 *REVISTA LATINOAMERICANA DE PSICOLOGÍA*, vol. 45, núm. 2, pp. 315-319 Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia.

Jara, Elvia; Vila, Javier; Maldonado, Antonio. (2005) Condicionamiento de Segundo Orden: Generalidad y Valor Teórico. *REVISTA MEXICANA DE PSICOLOGÍA*, vol. 22, núm. 1, junio, pp. 193-209. Sociedad Mexicana de Psicología A.C. Distrito Federal, México.

Ruiz, M; Díaz, M & Villalobos, A. (2012). Manual de técnicas de intervención cognitiva conductuales. España: Editorial Desclée de Brouwer. ProQuest ebrary. Web. 24 de noviembre





Introducción al Psicoanálisis


Mónica Fernanda Chica y Jhon Fredy Bustos Ruiz

El curso Epistemología de la Psicología es fundamental en el proceso de formación del psicólogo Unadista. Lo es porque les permitirá a los estudiantes elaborar una visión general de la amplitud teórica, epistemológica y metodológica de la Psicología. Es en este curso, desde el inicio de la carrera, que van a descubrir qué significa ser psicólogos y cómo es que se han construido diferentes maneras de concebir la psicología y de hacer psicología.

El proceso de aprendizaje inicia con una gran pregunta que cada estudiante deberá ser capaz de responder al final del curso. ¿Cómo comprende la psicología los problemas y necesidades del ser humano, relacionados con los diversos contextos bio-psico-socio-culturales? Dicho de otra manera, cómo es que desde la psicología se explican los problemas de la vida real de las personas y de las comunidades, a qué se atribuyen esos problemas, cuál es su origen y cómo se podrían solucionar. Y si lo prefieren; por que las personas, los grupos o las comunidades se comportan tal como lo hacen.

Los estudiantes descubrirán que no hay una sola respuesta a tales interrogantes. Por el contrario, se han desarrollado varias posturas cada una centrando su interés en un aspecto distinto; una interesadas en la influencia de lo biológico, otra en los estímulos del medio ambiente, otra en las necesidades humanas, otra en los procesos perceptivos, otra en las interacciones familiares y otra en el desarrollo temprano de la personalidad y el influjo de los procesos inconscientes. A cada una de estas posturas teóricas se les ha denominado Escuelas o Enfoques Psicológicos.

Las escuelas psicológicas, de acuerdo a su origen y curso histórico se han dividido en Clásicas y Contemporáneas. **El Psicoanálisis**, que se abordará en esta lectura, se ubica como uno de los enfoques o Escuelas Clásicas.



¿Psicoanálisis, Teoría Psicodinámica o Psicología Psicoanalítica?

Al estudiar esta escuela psicológica hay que enfrentar la existencia de diferentes términos con los que suele aludirse a ella. Psicoanálisis, psicología psicoanalítica o dinámica y teoría psicodinámica. En unos contextos se utiliza más uno que otro, para hacer referencia a lo mismo. De hecho hoy en día muchos los utilizan indistintamente. Aun así, es importante señalar algún matiz de cada concepto.

La teoría psicodinámica se refiere especialmente al conjunto de planteamientos teóricos que Freud, especialmente durante el primer cuarto del siglo XX, desarrolló en relación con el funcionamiento psíquico humano. Freud recurrió a la física de la época para acuñar el término psicodinámica. Así como el término dinámica estudia el calor, la energía mecánica y la manera en que podemos transformar una en otra, también la psicodinámica estudia la energía psíquica y como se transforma y se expresa en la conducta. (Morris, 2005)

La psicología psicoanalítica o dinámica, a su vez, se refiere a toda la investigación, desarrollo teórico y metodológico y a la práctica de la psicología fundamentada en la teoría psicodinámica. Esto incluye los ajustes a los fundamentos esenciales introducidos por el mismo Freud y todos los desarrollos posteriores a él. Allí cuentan autores como Carl Jung, Alfred Adler, Ana Freud, Karen Horney, Wilhelm Reich, entre otros.

El psicoanálisis, propiamente dicho, se refiere más exactamente al método de investigación e intervención que Freud desarrolló y utilizó en el trabajo con sus pacientes y que a la larga le permitió juntar los datos sobre los cuales construyó su teoría. No obstante, hoy día hablar de psicoanálisis implica el conjunto de los fundamentos teóricos y del marco terapéutico general.

Para los fines del curso de Epistemología de la Psicología se recomienda privilegiar el término Psicoanálisis.

El psicoanálisis se compone de cinco teorías específicas: Teoría tópica o topográfica, Teoría estructural, Teoría pulsional, Teoría del desarrollo psicosexual y Teoría de los mecanismos de defensa. A continuación el desarrollo de ellas.

Teoría Topográfica


De acuerdo con Freud, los procesos psíquicos ocurren en tres instancias o estratos virtuales. Estas tres instancias son Consciente, Preconsciente e Inconsciente. Pero más que como instancias físicas o virtuales se deben entender como el carácter de los procesos o motivaciones psíquicas

Lo consciente se refiere sencillamente a la experiencia psicológica de los sujetos en estado de vigilia. Lo constituyen la vivencia y el conocimiento (información) que está, a voluntad, a total disposición del sujeto.

Lo preconsciente es un estrato virtual intermedio entre lo consciente y lo inconsciente. Aunque no se trata de una instancia física si es un nivel de tránsito de lo inconsciente a lo consciente. Los contenidos preconscientes pueden ser accesibles al sujeto pero mediante un esfuerzo significativo y un gasto de energía considerable. Con frecuencia los contenidos preconscientes son confusos porque proceden son el resultado de transformaciones y deformaciones de contenidos inconscientes que buscan llegar a la consciencia.

Imaginen que lo preconsciente es como la oficina de inmigración de un aeropuerto internacional en un país que quiere impedir el ingreso a personas desagradables o terroristas. Los terroristas son los contenidos o conflictos inconscientes y suelen disfrazarse para llegar a la consciencia, pero con frecuencia son detenidos en el nivel preconsciente. Esos contenidos disfrazados se quedan en sueños confusos, recuerdos imprecisos, actos fallidos o chistes impertinentes.

“Lo inconsciente designa el conjunto de los hechos psicológicos que escapan a la síntesis consciente y se convierten así en indisponibles... Cualquiera que sea el uso que se haga del término inconsciente, no debe olvidarse que no se trata de una sustancia sino de una cualidad de determinadas motivaciones y significaciones inmanentes a la conducta” (Merani, 1979, p.88). Son inconscientes por tanto los instintos, los reflejos y lo reprimido. Recuérdese que este es el concepto principal de toda la teoría psicodinámica y así mismo de la psicología psicoanalítica. Lo inconsciente es la piedra angular en esta comprensión del funcionamiento psíquico humano.



En esa dinámica permanente entre lo consciente, preconsciente e inconsciente un mecanismo supremamente importante: **la represión**. La Represión es sencillamente "la función de rechazar y poner fuera de la consciencia un contenido mental". (Merani, 1979, p.143). La represión en la función judicial de la psique humana, es mediante la represión que determinadas experiencias, frustraciones o motivaciones se vuelven inconscientes... inaccesibles.


El gran problema para el funcionamiento psíquico es la obstrucción del dinamismo y la permeabilidad entre las tres instancias o sistemas. En condiciones normales la comunicación de los tres sistemas es permeable y las tensiones de lo inconsciente pueden liberarse a través de manifestaciones como los actos fallidos, los chistes inoportunos, los lapsus linguae y calami y los sueños. No obstante, cuando algún contenido inconsciente es demasiado reprochable para la consciencia la fuerza de la represión lo confina a niveles tan profundos que la tensión de estos se acumula al punto de generar grietas en el funcionamiento psíquico del sujeto. Es cuando sobreviene la enfermedad mental menor o mayor, según sea la tensión acumulada y el daño causado en la acción de liberarse.

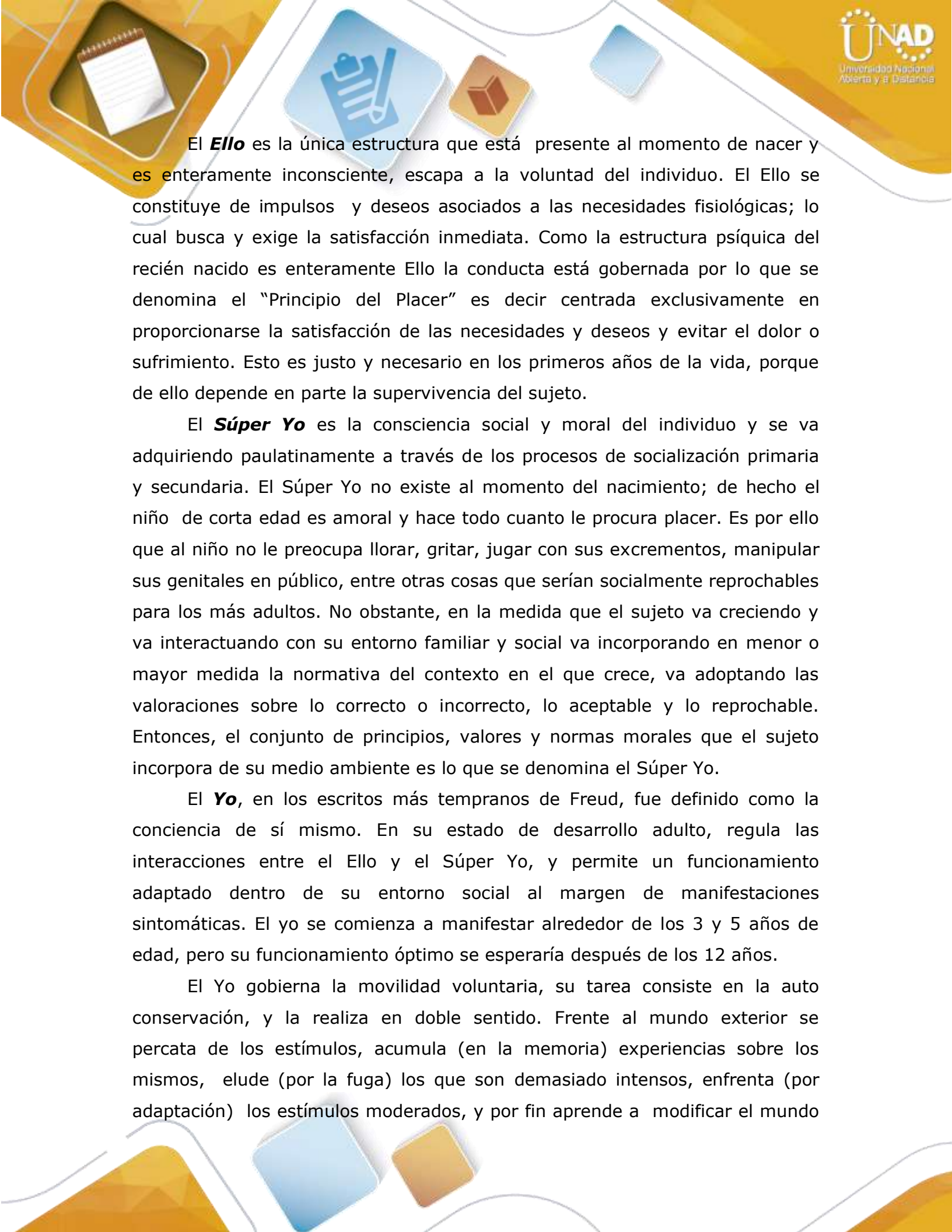
En las enfermedades mentales menores, neurosis, la represión tiende a aplastar las posibilidades de expresión del inconsciente y en consecuencia, la vida interior del sujeto. En la enfermedad mayor, como la psicosis, la diferenciación entre los sistemas se destruye y los contenidos inconscientes invaden caóticamente la personalidad que se fractura y fragmenta. (Brainsky, 2003, p. 54)

En virtud de lo anterior se puede adelantar que el sentido de la intervención del psicólogo, desde la perspectiva del psicoanálisis, es la de restablecer la permeabilidad y la dinámica entre lo inconsciente, lo preconsciente y lo consciente.

Teoría Estructural

Freud propuso que la personalidad depende de la manera como se van integrando, desde los primeros años de la vida, tres estructuras: Ello, Yo y Súper Yo.






El **Ello** es la única estructura que está presente al momento de nacer y es enteramente inconsciente, escapa a la voluntad del individuo. El Ello se constituye de impulsos y deseos asociados a las necesidades fisiológicas; lo cual busca y exige la satisfacción inmediata. Como la estructura psíquica del recién nacido es enteramente Ello la conducta está gobernada por lo que se denomina el "Principio del Placer" es decir centrada exclusivamente en proporcionarse la satisfacción de las necesidades y deseos y evitar el dolor o sufrimiento. Esto es justo y necesario en los primeros años de la vida, porque de ello depende en parte la supervivencia del sujeto.

El **Súper Yo** es la consciencia social y moral del individuo y se va adquiriendo paulatinamente a través de los procesos de socialización primaria y secundaria. El Súper Yo no existe al momento del nacimiento; de hecho el niño de corta edad es amoral y hace todo cuanto le procura placer. Es por ello que al niño no le preocupa llorar, gritar, jugar con sus excrementos, manipular sus genitales en público, entre otras cosas que serían socialmente reprochables para los más adultos. No obstante, en la medida que el sujeto va creciendo y va interactuando con su entorno familiar y social va incorporando en menor o mayor medida la normativa del contexto en el que crece, va adoptando las valoraciones sobre lo correcto o incorrecto, lo aceptable y lo reprochable. Entonces, el conjunto de principios, valores y normas morales que el sujeto incorpora de su medio ambiente es lo que se denomina el Súper Yo.

El **Yo**, en los escritos más tempranos de Freud, fue definido como la conciencia de sí mismo. En su estado de desarrollo adulto, regula las interacciones entre el Ello y el Súper Yo, y permite un funcionamiento adaptado dentro de su entorno social al margen de manifestaciones sintomáticas. El yo se comienza a manifestar alrededor de los 3 y 5 años de edad, pero su funcionamiento óptimo se esperaría después de los 12 años.

El Yo gobierna la movilidad voluntaria, su tarea consiste en la auto conservación, y la realiza en doble sentido. Frente al mundo exterior se percata de los estímulos, acumula (en la memoria) experiencias sobre los mismos, elude (por la fuga) los que son demasiado intensos, enfrenta (por adaptación) los estímulos moderados, y por fin aprende a modificar el mundo



exterior, adecuándolo a su propia conveniencia (a través de la actividad). Hacia el interior, frente al Ello, conquista el dominio sobre las exigencias de los instintos, decide si han de tener acceso a la satisfacción, aplazándola hasta las oportunidades y circunstancias más favorables del mundo exterior, o bien suprimiendo totalmente las excitaciones instintivas. (Freud, 1938)


El yo persigue el placer y trata de evitar el displacer, sin embargo actúa de acuerdo con el "principio de realidad"; es decir que es capaz de evaluar tanto la necesidad como la disponibilidad de satisfactores viables, permitiendo que se dé espera a la satisfacción de la necesidad incluso de forma indefinida. Un sujeto adulto siente que necesita y desea un automóvil, pero el Yo determina que no hay posibilidades económicas para obtener uno, de manera que habrá que esperar hasta que haya con qué; además le transmite el mensaje del Súper Yo que le indica que no está bien robar uno. El Yo busca la forma de satisfacción que sea más favorable y menos peligrosa en lo referente al mundo exterior.


Teoría Pulsional

Freud consideró que todo el comportamiento humano estaba motivado por las pulsiones, las cuales no son más que las representaciones neurológicas de las necesidades físicas. Al principio se refirió a ellas como pulsiones de vida. Estas pulsiones perpetúan (a) la vida del sujeto, motivándole a buscar comida y agua y (b) la vida de la especie, motivándole a buscar sexo. A la energía motivacional de estas pulsiones de vida, que impulsa el psiquismo, le llamó libido, a partir del latín significante de "yo deseo".

La experiencia clínica de Freud le llevó a considerar el sexo como una necesidad mucho más importante que otras en la dinámica de la psiquis. El ser humano, después de todo, es social y el sexo es la mayor de las necesidades sociales. Cuando Freud hablaba de sexo, hablaba de mucho más que solo el coito, la libido se ha considerado como la pulsión sexual.

Más tarde en su vida, Freud empezó a creer que las pulsiones de vida no explicaban toda la historia. La libido es una cosa viviente; el principio de placer nos mantiene en constante movimiento. Y la finalidad de todo este movimiento






es lograr la quietud, estar satisfecho, estar en paz, no tener más necesidades. Se podría decir que la meta de la vida, bajo este supuesto, es la muerte. Freud empezó a considerar que “debajo” o “a un lado” de las pulsiones de vida había una pulsión de muerte. Empezó a defender la idea de que cada persona tiene una necesidad inconsciente de morir. Freud se refirió a esto como el principio de Nirvana. Nirvana es una idea budista usualmente traducida como “Cielo”, aunque su significado literal es “soplido que agota”, como cuando la llama de una vela se apaga suavemente por un soplo. Se refiere a la no-existencia, a la nada, al vacío; lo que constituye la meta de toda vida en la filosofía budista. La evidencia cotidiana de la pulsión de muerte y su principio de nirvana está en nuestro deseo de paz, de escapar a la estimulación, en nuestra atracción por el alcohol y los narcóticos, en nuestra propensión a actividades de aislamiento, como cuando nos perdemos en un libro o una película y en nuestra apetencia por el descanso y el sueño. En ocasiones esta pulsión se representa de forma más directa como el suicidio y los deseos de suicidio. Y en otros momentos, tal y como Freud decía, en la agresión, crueldad, asesinato y destructividad.

Teoría del Desarrollo Psicosexual

Otro aporte significativo de Freud fue su teoría del desarrollo psicosexual. Dicha propuesta del desarrollo psicológico gira en torno al concepto de Libido. La libido es la energía psíquica, se refiere a la “energía que anima al instinto en la búsqueda del placer” (Merani, p. 97). Valga mencionar que para Freud esta energía tiene un carácter sexual. En este sentido, el desarrollo psicosexual propuesto por Freud descansa sobre la premisa de que la libido se va moviendo y concentrando en diferentes zonas del cuerpo, de allí la denominación de las diferentes etapas.

El desarrollo psicosexual responde a algunas premisas fundamentales.

1. Existen zonas erógenas, es decir regiones del cuerpo susceptibles de producir placer, preponderantes según las edades; cada una de estas zonas determinará las sucesivas fases por las que irá atravesando el niño.
 2. Del éxito o fracaso en superar cada una de las fases, dependerá, en parte, la personalidad adulta. Freud habla de que pueden producirse fijaciones
- 

en cada una de las etapas, las cuales pueden llegar a manifestarse en un tipo peculiar de carácter.

3. Las manifestaciones de la sexualidad infantil no son 'pensadas', sino que son naturales y espontáneas.


4. No es una sexualidad genitalizada, es decir no está basada exclusivamente en la zona genital.

Etapas oral. Abarca desde el nacimiento hasta aproximadamente el año y medio de vida. En ella, la zona erógena predominante es la boca. Las manifestaciones típicas consisten en tres actividades: la succión del pulgar, el chupeteo y el acto de morder.

Esta etapa se caracteriza por el desarrollo de un sentimiento de confianza por parte del niño. Merece prestar especial atención en este momento a como se produce el destete, pues si este se lleva a cabo de una manera brusca o si el niño es sometido a una reglamentación excesivamente rígida de su alimentación se podría generar un sentimiento de desconfianza por su parte. No será necesario recordar que el destete no es un acto mecánico y que el niño será especialmente sensible al afecto que la madre le manifieste en su transcurso.

Etapas anal. Dura desde el primer año y medio hasta los tres años. En ella, la sensibilidad irá dirigida a la mucosa anal y al acto de la defecación, la cual aparecerá como nuevo foco de sensaciones placenteras, reforzado por el aprendizaje del control de esfínteres. En paralelo con el placer que el niño obtiene a través de la defecación está la realidad de la limpieza, y el control a que esta es sometida por parte del entorno. Establece, además, una nueva forma de relación que puede ser vivida como algo beneficioso (la limpieza) y satisfactorio (la alegría de la madre) o bien como una imposición difícil de aceptar. Se podrán observar también juegos con las heces o con sustitutos (arena, fango, etc.), Es una etapa en la que se inicia un cierto proceso de autonomía y de autoafirmación.

Etapas fálica. Comprende aproximadamente de los tres a los cinco o seis años. En ella la zona erógena preponderante es el pene en el caso de los niños y el clítoris en el caso de las niñas, aunque en menor grado. En esta etapa se



despierta el interés sexual propiamente dicho y la curiosidad conduce a una intensa exploración sexual y al descubrimiento de los órganos genitales como fuente de placer. La curiosidad, asimismo, se centra básicamente en el propio origen y en las diferencias entre los sexos, que intentan aclarar a través del juego y de la exhibición de sus genitales.

Fase de latencia (6 a 12 años). En esta fase no existe ninguna zona erógena preponderante, considerándose como una etapa de tranquilidad. Esto no quiere decir que las inquietudes por la sexualidad desaparezcan sino que surgen otros intereses y preocupaciones con más fuerza. Como hechos importantes a destacar cabe resaltar la escolarización, el aprendizaje intelectual y unas mayores relaciones sociales. Es una etapa basada en la competencia y en la aparición de una gran variedad de intereses. En definitiva, es un período relativamente estable de su evolución, que durará hasta el inicio de la pubertad, en él la personalidad evoluciona y se equilibra en base a los progresos intelectuales, afectivos y de relación social. En este momento se cerraría el período de la infancia dando paso a la pubertad y, posteriormente, a la adolescencia.

Fase genital. Esta etapa incluiría el renacimiento del interés por la sexualidad en sus diferentes manifestaciones; la práctica de la masturbación; las primeras relaciones sexuales, en algunos casos homosexuales en un primer momento; la tentativa de alcanzar roles más adultos y, en definitiva, la madurez. La zona erógena predominante en esta etapa serían los genitales.

Esta etapa de crecimiento va a producir, a causa principalmente de los cambios corporales, una ruptura, a veces brusca, con la etapa anterior caracterizada por la estabilidad y el equilibrio. En esta fase ocurre la propia aceptación de sí mismo y la autoestima.

Los Mecanismos de Defensa

Los mecanismos de defensa son acciones que el Yo realiza, por lo regular de manera inconsciente, para proteger la vida consciente del sujeto. Con estos mecanismo el **Yo** procura armonizar entre las demandas del **Ello** y las restricciones del **Súper yo**. El principal mecanismo de defensa es la represión, que ya fue descrita en esta lectura.

A continuación otros mecanismos de defensa descritos por Freud.

1. **Regresión:** Retornar, bajo condiciones de estrés, a un tipo de comportamiento característico de una etapa de desarrollo anterior. Cuando una situación es demasiado angustiosa el sujeto puede adoptar actitudes regresivas que le ayuden a evitar la realidad. Por ejemplo, cuando el niño se siente olvidado o desplazado por el nacimiento de un hermanito suele mostrarse incapaz de hacer cosas que ya había aprendido a hacer.

2. **Racionalización:** Es una distorsión de la realidad en la que se justifica con un motivo aceptable algo cuyo motivo real es inaceptable (es una especie de autoengaño). Por ejemplo, un estudiante que tiene un examen se va el día anterior para una fiesta y no estudia alegando que la distracción le ayudará más que estudiar.


3. **Desplazamiento:** La expresión de un sentimiento o idea se transfiere de una persona u objeto a otro porque el segundo resulta menos conflictivo que el primero (ya sea por su poder o significado). Por medio de él, se coloca a una determinada persona o situación, en el lugar de aquella a la que le corresponde la carga emocional. Por ejemplo, un hombre llega irritado de su trabajo porque el jefe lo ha descalificado o agredido; como no puede agredir a su jefe agrede a su esposa, hijos o sirvientes, culpándolos de su malestar o problemas. Hinojosa. (1968)

4. **Proyección:** Se atribuyen a otros sujetos o situaciones contenidos psíquicos que en realidad no les corresponden y son propios. Hinojosa (1968). Por ejemplo, una persona que ha perdido el amor por alguien acusa a la otra persona de que ya no le quiere.

5. **Formación reactiva:** Se expresa lo opuesto a lo que se siente o se desea. Por ejemplo, una persona se siente enamorada de otra pero al encontrarse con ella lo trata de manera despectiva.

6. **Negación:** Rehusarse a aceptar o reconocer una situación que produce ansiedad. Por ejemplo, la noticia de que se padece una enfermedad es confrontada con un "no puede ser, jamás me he sentido mejor".

Intervención desde el Psicoanálisis



La terapia para Freud tenía dos objetivos, el primero reunir información válida que confirmara su teoría y el segundo ayudar a sus pacientes. Ahora bien, para que sea claro el para qué de la intervención psicológica desde el psicoanálisis es preciso reiterar la premisa psicoanalítica sobre el origen de los síntomas en una psicopatología.


El psicoanálisis ubica el origen de los problemas del comportamiento, los síntomas psicosomáticos y la patología en la incapacidad o imposibilidad del sujeto para liberar de manera adecuada las tensiones que se generan en su interior como consecuencia de los conflictos inconscientes que lo agobian.


Los individuos permanentemente se ven enfrentados a circunstancias dolorosas, frustrantes o traumáticas que tienden a ser reprimidas con lo cual se está acumulando tensión inconsciente. Si la estructura psíquica del sujeto es fuerte, gracias a procesos de socialización equilibrados, el sujeto podrá elaborar de manera adecuada esas experiencias traumáticas. Si la estructura psíquica es débil el Yo intentará protegerse mediante los mecanismos de defensa, en especial la represión, como lo que la acumulación de tensión psicológica inconsciente será elevada.

Aún en sujetos que tienen estructuras psíquicas débiles la tensión inconsciente encuentra mecanismos para liberarse. Pero esos mecanismos pueden o no ser saludables. En el mejor de los casos el sujeto libera tensión inconsciente mediante actividades socialmente aceptables: deporte, arte, trabajo, recreación, meditación. En otros casos mediante síntomas que pueden ser apenas perceptibles hasta manifestaciones muy dramáticas: sueños, tics, irritabilidad, enfermedades psicosomáticas, entre otras.

La intervención del psicólogo, por lo tanto estará orientada a buscar que esas tensiones puedan liberarse de manera saludable y no de manera problemática. El psicólogo trabaja para que el paciente libere esa tensión inconsciente sublimándola en actividades o acciones socialmente aceptadas y no a través de los síntomas que lo afectan.

La posibilidad de mejora de los síntomas del paciente a partir de la psicoterapia psicoanalítica está en dos posibilidades. La primera y más importante es lograr que el paciente se haga consciente de sus propios





conflictos inconscientes para que estos dejen de acumular tensión. Las investigaciones de Freud mostraron que cuando los pacientes reconocían sus conflictos inconscientes sus síntomas tendían a disminuir hasta desaparecer. En síntesis, el conflicto se resuelve cuando lo inconsciente se hace consciente (Feist y Feist, 2007).


La segunda es, como ya se mencionó, logrando que el paciente desarrolle actividades que le permitan sublimar sus tensiones psicológicas. A pesar de que el paciente no logre liberarse de su conflicto inconsciente por lo menos reducirá su sufrimiento y la intensidad de sus síntomas a través de la realización de actividades socialmente aceptables (deporte, arte, política, lúdica, entre otras).

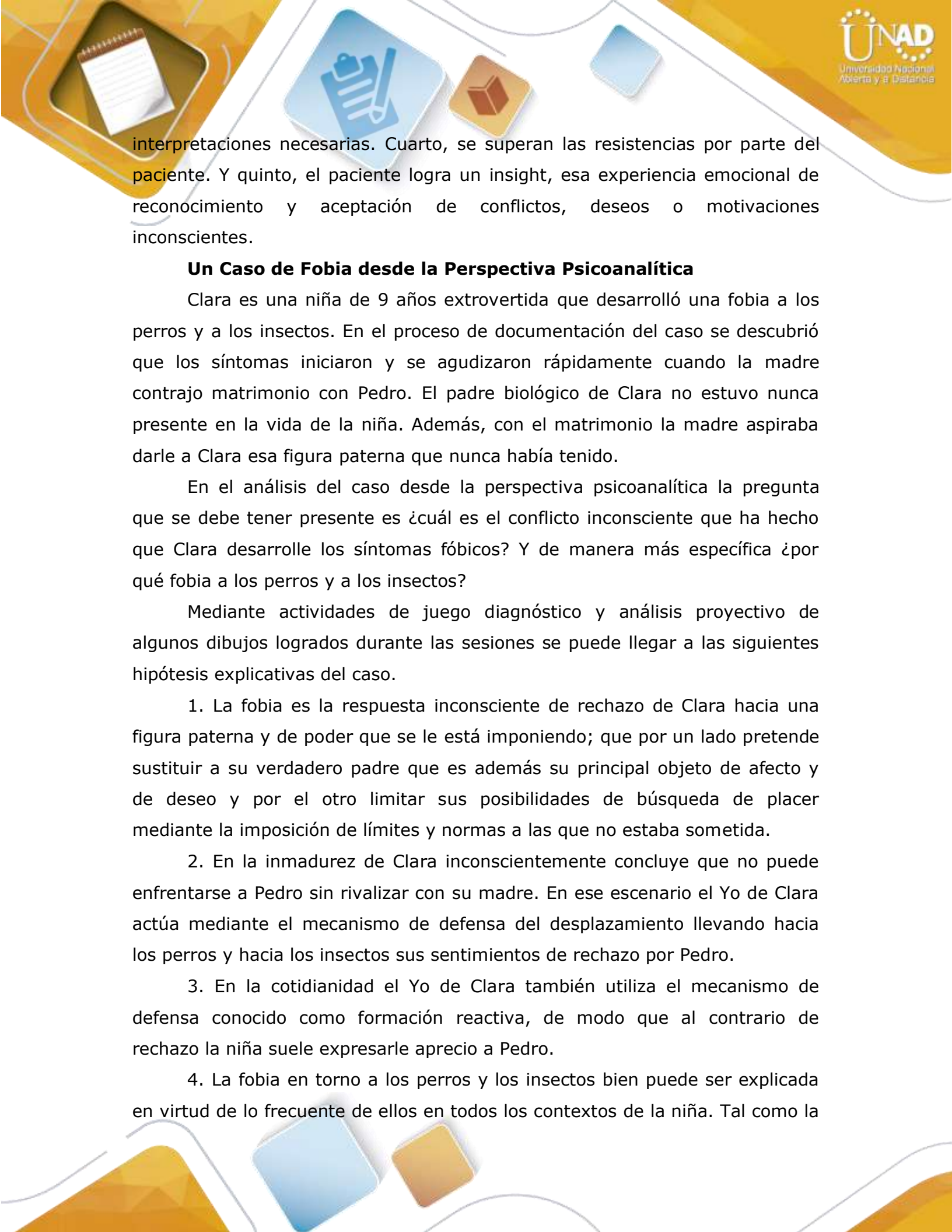
En cuanto a la manera de trabajar para lograr las metas de la intervención psicológica durante la psicoterapia están la asociación libre y el análisis de los sueños.

Asociación libre. Se le pide a los pacientes que hablen libremente sobre los pensamientos que llegan a su mente, sin importar que sean ilógicos, desordenados, indecentes, repugnantes, fuera de convenciones sociales o irrelevantes. Se busca, a partir de una idea consciente, hasta llegar a los contenidos inconscientes.

Análisis de los sueños. El objetivo de Freud en el análisis de los sueños es convertir los contenidos explícitos, que son los significados superficiales de cada uno de los elementos presentes en el sueño, en contenidos latentes, que son los materiales o significados inconscientes. Para Freud el objetivo de la mayoría de los sueños es cumplir los deseos. Algunos de estos deseos son explícitos, pero otros son latentes y deben develarse por medio de la interpretación de los sueños. Los sueños se forman en el inconsciente e intentan pasar al consciente, pero no lo pueden hacer por la censura.

Freud descubrió que el curso de la terapia era esencialmente el mismo en todos sus pacientes. Primero, el terapeuta escucha al paciente en el proceso de asociaciones libres o del contenido de sus sueños. Segundo, el paciente opone resistencia al tratamiento. Tercero, el terapeuta hace las





interpretaciones necesarias. Cuarto, se superan las resistencias por parte del paciente. Y quinto, el paciente logra un insight, esa experiencia emocional de reconocimiento y aceptación de conflictos, deseos o motivaciones inconscientes.

Un Caso de Fobia desde la Perspectiva Psicoanalítica

Clara es una niña de 9 años extrovertida que desarrolló una fobia a los perros y a los insectos. En el proceso de documentación del caso se descubrió que los síntomas iniciaron y se agudizaron rápidamente cuando la madre contrajo matrimonio con Pedro. El padre biológico de Clara no estuvo nunca presente en la vida de la niña. Además, con el matrimonio la madre aspiraba darle a Clara esa figura paterna que nunca había tenido.

En el análisis del caso desde la perspectiva psicoanalítica la pregunta que se debe tener presente es ¿cuál es el conflicto inconsciente que ha hecho que Clara desarrolle los síntomas fóbicos? Y de manera más específica ¿por qué fobia a los perros y a los insectos?

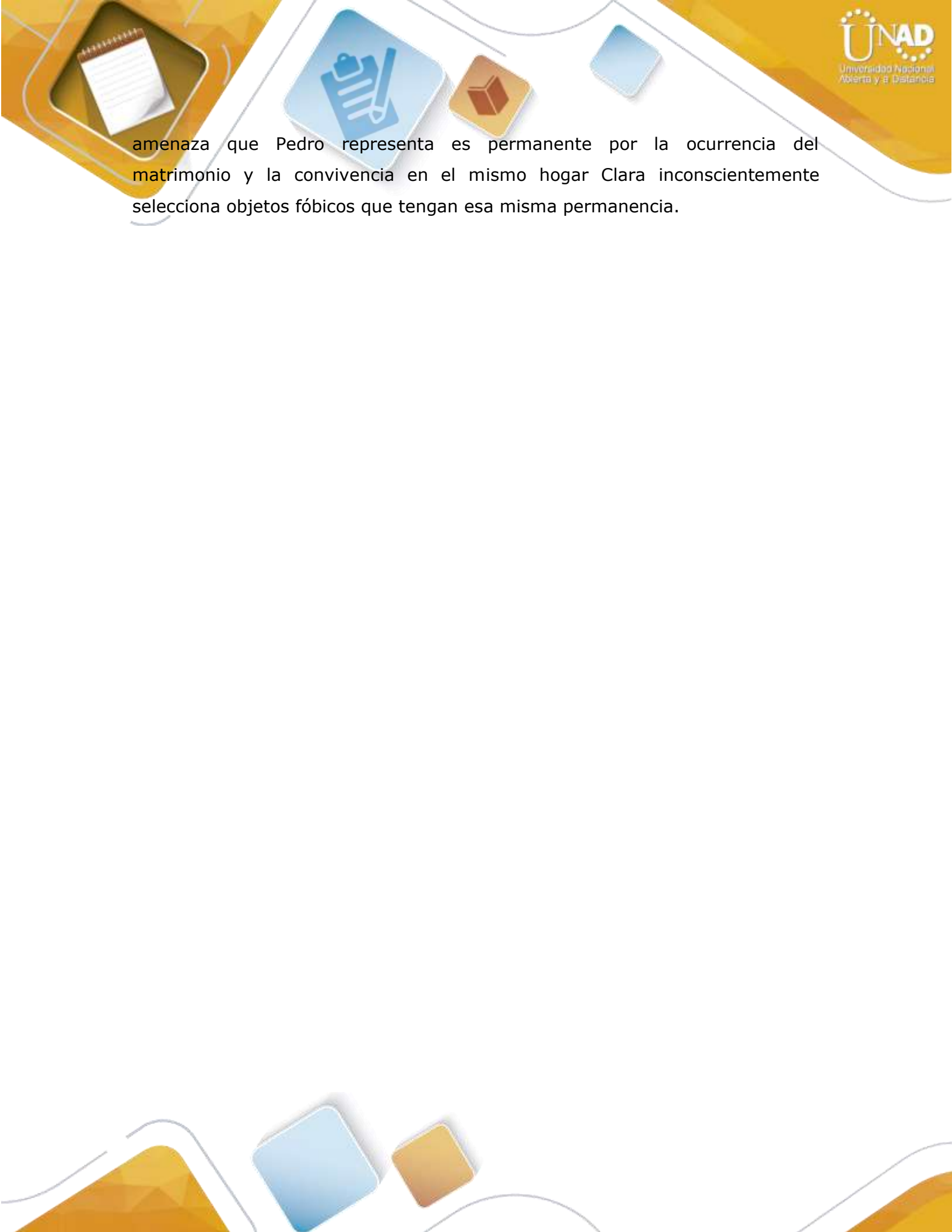
Mediante actividades de juego diagnóstico y análisis proyectivo de algunos dibujos logrados durante las sesiones se puede llegar a las siguientes hipótesis explicativas del caso.

1. La fobia es la respuesta inconsciente de rechazo de Clara hacia una figura paterna y de poder que se le está imponiendo; que por un lado pretende sustituir a su verdadero padre que es además su principal objeto de afecto y de deseo y por el otro limitar sus posibilidades de búsqueda de placer mediante la imposición de límites y normas a las que no estaba sometida.

2. En la inmadurez de Clara inconscientemente concluye que no puede enfrentarse a Pedro sin rivalizar con su madre. En ese escenario el Yo de Clara actúa mediante el mecanismo de defensa del desplazamiento llevando hacia los perros y hacia los insectos sus sentimientos de rechazo por Pedro.

3. En la cotidianidad el Yo de Clara también utiliza el mecanismo de defensa conocido como formación reactiva, de modo que al contrario de rechazo la niña suele expresarle aprecio a Pedro.

4. La fobia en torno a los perros y los insectos bien puede ser explicada en virtud de lo frecuente de ellos en todos los contextos de la niña. Tal como la



amenaza que Pedro representa es permanente por la ocurrencia del matrimonio y la convivencia en el mismo hogar Clara inconscientemente selecciona objetos fóbicos que tengan esa misma permanencia.



REFERENCIAS

Brainsky, S. (2006) Manual de psicología y psicopatología dinámicas. Fundamentos de psicoanálisis. Ancora editores y 3R editores, Bogotá, Colombia.

Feist, J., Feist, G., (2007) Teorías de la personalidad. Mc Graw Hill, España.

Font, P. (s.f). Instituto de Estudios de la Sexualidad y la Pareja. Valencia, 317-319, 1-4 08009 Barcelona

Hinojosa, A., 1968a: Mecanismos psicológicos de adaptación y defensa. In: A. Aramoni (Ed.), Humanismo y pediatría. Las bases psicosociales para la práctica pediátrica, México(Fondo Editorial Nestlé de la Academia Mexicana de Pediatría) 1968, pp. 71-82.

Merani, A. (1979). Diccionario de psicología. Editorial Grijalbo, México.
Brainsky, S. (2006)

Manual de psicología y psicopatología dinámicas. Fundamentos de psicoanálisis. Ancora editores y 3R editores, Bogotá, Colombia.

