

Revista

Año 9 Número 20

ConSciencia

de la Escuela de Psicología

ISSN 2007-3984



Revista

ConSciencia

de la Escuela de Psicología

Número conmemorativo del décimo aniversario de la
Revista y de la Escuela de Psicología.



Contenido

Comunicado del Rector

Mtro. Ángel Elizondo López

Palabras de la Mtra. Ofelia Rivera Jiménez

Responsable del Programas de Investigación de ULSAC y editora de la revista IMPULSA

Prólogo: Mtra. María Elena Liñán Bandín

Directora de la Escuela de Psicología

Editorial

Mtro. Pablo Martínez Lacy

Psiconoticias

Ensayos

El voleibol como herramienta terapéutica

Brenda Elena Sierra Altamirano

El Yo como instancia transformadora de la pulsión

Óscar Valladares González

Libertad en la era digital

Dr. Luis Tamayo

Artículos

El acompañante incondicional. Una visión psicoanalítica (2ª parte)

María del Pilar Pérez

El porqué de la psicoterapia analítica (1ª parte)

Dra. Isabel Díaz Portillo

Presidente del Consejo de Gobierno
Rector
Vice-Rector
Directora de la Escuela de Psicología
Editor Responsable

Hno. Manuel Arróyave Ramírez, f.s.c
Mtro. Ángel Elizondo López
Ing. Oscar Mario Macedo Torres
Mtra. María Elena Liñán Bandín
Mtro. Pablo Martínez Lacy

Consejo Editorial

Ma. Elena Liñán Bandín
Cecilia Sierra Heredia
Patricia Gómez Ramírez
Ofelia Rivera Jiménez
José Antonio Rangel Faz
Pablo Martínez Lacy
Hortencia Feliciano Aguilera

Representación estudiantil

1ª Generación: Georgina González
2ª Generación: Úrsula E. Rincón González, Claudia Tapia Guerrero
3ª Generación: Laura Guillén Grajeda, Francisco A. García Martínez
4ª Generación: Elsa Trujillo Pereyra, Cristina Pintos Gómez
5ª Generación: María Fernanda González Fernández
6ª Generación: Tanya P. Snyder Salgado
7ª Generación: Violeta Córdova Isla
8ª Generación: Alejandra Quiroz Mireles, Leslie M. Bahena Olivares
9ª Generación: Sofía Álvarez Reza, Marie J. Fong Vargas.
10ª Generación: Bernardo Narváez Rabiella, Andrea Tovar Salgado.
11ª Generación: José F. Nieto Leñero, Iztel Ranz Medina

Consejo Científico:

Francisco Alanís, ULSAC; Eliana Cárdenas, ULSAC; Adriana Castañeda, ULSAC; Gloria Chávez, UPN; Octavio de la Fuente, UAEM, ULSAC; Patricia Gutiérrez-Otero, UIAP; Adela Hernández, ULSAC, UAEM; Rosa Elena Lara E., ULSAC; Ma. Elena Liñán Bandín, ULSAC; Rosa Ma. López Villarreal, UNAM, UAEM, ULSAC; Óscar Macedo, ULSAC; Javier David Molina Alamilla, ULSAC, UPN; Rubén A. Pérez Menéndez, ULSAC, UAEM; Herminio Quaresma, ULSAC; Artemio Ramírez, ULSAC; Guadalupe Rodríguez, ULSAC; Patricia Shepard, ULSAC; Luis Tamayo P., UNAM CIDHEM; Cecilia Sierra H., ULSAC; Carlos F. Soto Chico, ITESM, ULSAC; Esther Vargas, ULSAM; Ma. Lourdes Vázquez Flores, ULSAC, UNAM; Ma. Guadalupe Vives López, UNAM, IMPAC, Centro ELEIA.

Revisión: Dabi Xavier Hernández Kaiser

Editor responsable: Pablo Martínez Lacy

Diseño Editorial: Departamento de Publicaciones ULSAC, L.D.G. Bruno Vieyra Gárate

Ilustración de portada: Mario Rangel Faz

REVISTA CONSCIENCIA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA, Año 9, No. 20, septiembre-diciembre de 2013, es una publicación cuatrimestral editada por la Universidad La Salle Cuernavaca, a través de la Escuela de Psicología. Nueva Inglaterra S/N, Col. San Cristóbal, C.P. 62230, Cuernavaca, Morelos. Tel.: (777) 311 5525, Fax: (777) 311 3528, www.ulsac.edu.mx. Editor responsable: Pablo Martínez Lacy. Reservas de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2010-052510230100-102, ISSN: Impreso por , el 30 de agosto de 2013, con un tiraje de 200 ejemplares. Fecha de última impresión 7 de enero 2013. ISSN 2007-3984.

Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación.

Queda estrictamente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización del Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Comunicado del Rector

El número 20 de la revista *ConSciencia* es una edición conmemorativa por el noveno aniversario de su inicio y el décimo la Escuela de Psicología donde se generó este proyecto como parte de las acciones de difusión del conocimiento a partir de la inquietud e interés de sus colaboradores en el 2003.

Es un orgullo reconocer que a lo largo de estos diez años, la Escuela de Psicología ha demostrado la calidad académica de sus trabajos, artículos y ensayos con la participación de alumnos, catedráticos, académicos de la Licenciatura y de los que colaboran en la Maestría en Psicoterapia dinámica. Es innegable que la revista ha dado un gran impulso a la investigación institucional, y ha sido motivación para que sus estudiantes se desarrollen en este quehacer y se generen nuevos proyectos como es el Concurso de Investigación.

Algunos de sus principales logros han sido el ISSN (*International Standard Serial Number*, Número Internacional Normalizado de Publicaciones Seriadas) y la indexación en Conacyt de las revistas de divulgación científica y tecnológica.

Un aspecto importante de este proyecto editorial ha sido la presentación de cada número por académicos invitados quienes están relacionados con el área de la psicología dentro del marco de diferentes eventos, como la Jornada de Psicología, Entrega de Reconocimientos, Día Internacional de la Salud Mental, entre otros. Los ponentes han resaltado de manera crítica los contenidos, cada uno con una visión distinta en los temas de la psicología. Un factor que vale la pena destacar ha sido la participación estudiantil, porque una cuarta parte de los contenidos han sido escritos por ellos, es decir, como un medio de expresión para sus ideas, es una parte fundamental en su formación, puesto que la revista es un medio de apoyo didáctico al proceso de enseñanza-aprendizaje.

ConSciencia ha presentado diversas temáticas, que van desde los artículos de la psicología clínica, educativa, laboral, organizacional y social. Asimismo, se han publicado textos con temas relacionados con la psicología tales como problemas ambientales, sociales y humanistas, entre otros. Cabe destacar

que la revista no ha estado comprometida con una corriente de la ciencia psicológica, pero es un espacio importante para el debate de los distintos puntos de vista.

Por último, felicito y agradezco a todos los que han participado en forma directa e indirecta por este gran logro, especialmente al Mtro. Pablo Martínez Lacy, a la Mtra. Ofelia Rivera Jiménez y a la actual directora de la Escuela de Psicología, la Mtra. Ma. Elena Liñán Bandín, que ha dado su apoyo total a la continuidad de esta labor.

Indivisa Manent
Mtro. Ángel Elizondo López
Rector

Palabras de la Mtra. Ofelia Rivera Jiménez¹

Hace diez años nació la Escuela de Psicología en la Universidad La Salle Cuernavaca. Anteriormente, durante más de dos años, un distinguido equipo de psicólogos había estado trabajando en el diseño curricular de la Licenciatura en Psicología.

Desde sus inicios, la organización de la Escuela de Psicología se ha enfocado en cubrir las funciones que todo proyecto académico universitario debe de tener: ocuparse de la transmisión del conocimiento para profesionalizar con un alto nivel de eficiencia a sus estudiantes; promover a su comunidad académica en la aportación al conocimiento; difundir y socializar sus esfuerzos y logros en esta meta de contribución al conocimiento a través de un órgano que los difunda, y la generación de proyectos de posgrado y extensión académica.

El proyecto académico de la Licenciatura en Psicología desde su comienzo estuvo organizado para alcanzar las metas mencionadas y se sustentó en una interesante propuesta didáctica que ha promovido en sus estudiantes una actitud de crítica y de búsqueda de nuevas propuestas a partir de la metodología científica, ha capacitado a sus alumnos en la organización para plasmar sus ideas, proyectos y resultados por escrito y así poder difundirlos a través de una publicación formal. Esto los ha motivado a continuar su formación profesional mediante la realización de sus estudios de posgrado dentro del marco de la formación integral lasallista, que tiene como característica principal llevar a sus estudiantes a comprometerse en programas de alto impacto social en beneficio de la comunidad.

La Licenciatura en Psicología tiene como marca distintiva cultivar la formación e identidad profesionales del psicólogo a partir del aprendizaje *in situ* y de la articulación entre las teorías revisadas en las aulas y la actividad profesional. Esto se logra con la línea curricular de Prácticas de integración, que ha sido el eje de la estructura de este programa académico, ya que induce a los estudiantes en el quehacer de la vida profesional del psicólogo desde el segundo semestre de sus estudios y recibe una constante supervisión por profesionales expertos en las diversas áreas de aplicación de la psicología. Esta innovadora propuesta es de la autoría de la Mtra. Patricia Gómez

Ramírez, quien hasta la fecha tiene a su cargo la coordinación de esta actividad.

Como resultado de la estancia de los estudiantes en diversos escenarios en los que los psicólogos realizamos nuestras actividades profesionales, cada semestre los estudiantes obtienen una importante información que aprenden a procesar, analizar y elaborar para tenerla como base de propuestas y proyectos de investigación, que se apoyan en una sólida formación en metodología para la investigación. El Mtro. Pablo Martínez Lacy es quien tiene bajo su resguardo toda esta información y los datos que se han derivado de los estudios e investigaciones de los trabajos de los alumnos de la escuela, con la edición de la revista *ConSciencia*, que se ha convertido en un valioso instrumento de divulgación de los esfuerzos de esta comunidad académica por aportar al conocimiento. Esta revista ha sido reconocida por el Conacyt al incluirla en el Índice de Revistas Mexicanas de Divulgación de Ciencia y Tecnología. El Mtro. Martínez también ha sido el fundador y promotor del Concurso de Investigación en Psicología de Instituciones Lasallistas.

El proyecto que dio origen a la organización de Escuela de Psicología de la Universidad La Salle Cuernavaca, se completa con el desarrollo del área de extensión académica y posgrado, que ha transformado el proyecto académico de la especialidad de Psicoterapia dinámica en una maestría que actualmente cursan más de cuarenta estudiantes y que también está diseñada para profesionalizarlos con un alto nivel de eficiencia y, al mismo tiempo, llevarlos a desarrollar una actitud crítica bien fundamentada en una sólida metodología que les permita cuestionar las teorías que se revisan en las aulas y contar con las bases metodológicas para aportarlas también al conocimiento. Esta área ha sido desarrollada y coordinada por el Mtro. José Antonio Rangel Faz.

Para mí ha sido un gran honor y todo un privilegio coordinar durante nueve años el trabajo de amigos y colegas tan brillantes como Patricia, Pablo y José Antonio, así como de todos los profesores que nos han acompañado en esta maravillosa tarea de acompañar a los jóvenes en su formación profesional como psicólogos.

También debo reconocer que disfruté cada día de mi trabajo durante estos nueve años que dirigí la escuela y que además obtuve la gran riqueza de aprender de los conocimientos y experiencias de mis compañeros y nuestros estudiantes.

Tengo, por esto, una profunda gratitud hacia todos ellos.

Un factor de gran importancia para poder desarrollar este proyecto académico de la Escuela de Psicología, ha sido contar con la gran confianza y el apoyo que las autoridades de la Universidad La Salle Cuernavaca y del Instituto de los Hermanos de las Escuelas Cristianas nos han otorgado. Mi gratitud muy especial al Arq. Miguel Dada y Lemus, Rector fundante de ULSAC, quien impulsó este proyecto en sus inicios; al Ing. Héctor Francisco Giordano Courcelle, bajo su rectorado nació esta escuela, apoyándonos siempre con un gran compromiso y afecto, y al Mtro. Ángel Elizondo López, nuestro rector actual, quien nos ha distinguido siempre con su confianza favoreciendo la continuidad de este proyecto. También aprecio infinitamente el sólido y presente acompañamiento del Hno. Manuel Arróyave quien representó siempre el apoyo que nos ha dado el Instituto de los Hermanos de las Escuelas Cristianas, infundiéndonos su carisma. Y en lo personal también expreso mi profunda gratitud al Mtro. Juan Carlos Garibay Esparza, director de Formación cuando nace la Escuela de Psicología, por haberme ayudado a descubrir toda la dimensión espiritual que conlleva el compromiso de educar.

Prólogo

Mtra. Ma. Elena Liñán Bandín²

El presente número de la revista *ConSciencia* se presenta en el marco de la celebración del décimo aniversario de la Escuela de Psicología de la Universidad La Salle Cuernavaca, y al ser la edición número 20, la revista cumple nueve años de vida, fortaleciéndose como un importante proyecto editorial. Celebramos pues, la consolidación de dos importantes proyectos, el de formación de profesionales de la psicología con un alto sentido ético, y el de la construcción y divulgación del conocimiento, abonando con esto a una labor educativa de excelencia, con base en la filosofía lasallista que sustenta nuestras acciones.

Quiero agradecer a nuestras autoridades universitarias, a los gestores y a los protagonistas de este valioso proyecto académico y formativo durante su primer decenio, y a todos los miembros de la comunidad educativa de la escuela, quienes, con su participación, le han dado identidad y proyección a la misma. En estos diez años de vida universitaria se han graduado siete generaciones de estudiantes, y nuestros (as) egresados (as) hoy día se encuentran insertos en el mercado laboral, ocupando puestos de responsabilidad profesional y social en Morelos y en otras entidades de nuestro país, e incluso a nivel internacional, dando respuesta con ello al compromiso social de aportar a la sociedad su ser, su saber y su quehacer.

Agradezco particularmente al Consejo Académico de la Escuela de Psicología por la importante labor de equipo y por su entrega en este servicio como un proyecto de vida, así como a la Mtra. Ofelia Rivera Jiménez, por su extraordinaria labor durante tres trienios en la dirección de la escuela, generando un programa académico de gran calidad y un modelo de prácticas de integración que han sido asumidos por otras sedes ULSA, e impulsando importantes proyectos de investigación como son la revista *ConSciencia*, el Concurso de Investigación de Psicología de Universidades Lasallistas y el Portal de Investigación PIN ULSAC, así como la consolidación de la especialidad y después la Maestría en Psicoterapia dinámica.

A partir de la inclusión de una servidora en este nuevo servicio en la dirección de la Escuela de Psicología, en conjunto con el Consejo Académico, hemos

dado continuidad a todos estos valiosos proyectos, con la obtención del ISSN de la revista *ConSciencia* a partir del No. 17 y su indexación como una revista de divulgación científica arbitrada por Conacyt, a partir del número 18. De igual manera se han realizado las versiones I y II del Concurso de Investigación en Psicología de Instituciones Lasallistas, en conjunto con otras sedes ULSA, y se ha obtenido el apoyo económico de Conacyt a la revista *ConSciencia*, con base a la convocatoria 2013 del Índice de Revistas Mexicanas de Divulgación Científica y Tecnológica, en conjunto con la Escuela de Ingeniería y la Coordinación de Investigación de ULSAC.

Dentro de las funciones de extensión universitaria, se ha logrado la vinculación con instancias públicas y privadas para la implementación de proyectos interinstitucionales, como el programa de servicio social, denominado “Centro de Atención Psicológica” (CEAPSI-ULSAC), con los Servicios de Salud de Morelos, la invitación a la Escuela de Psicología ULSAC por parte de la Secretaría de Salud de Morelos para integrarse, en su calidad de “invitado especial permanente”, al Consejo Estatal de Salud Mental, o la participación en Corporativo Radiológico con la columna “PsicoLógicaMente”, aborda temas de divulgación de la psicología, como un servicio a la comunidad, entre otros.

En estos diez años, la realidad social ha ido cambiando; hoy existen nuevos retos y demandas para la psicología, por lo que revisar las nuevas tendencias en esta área se convierte en una tarea impostergable, en el afán de mantener un currículum vigente que responda a las nuevas necesidades sociales, ya que los esfuerzos que se realizan trascienden la pura actividad académica, y se convierten en una fuente de conocimiento y de generación de proyectos en los diferentes ámbitos de acción del psicólogo.

En este sentido resulta fundamental continuar dando pasos sustantivos para consolidar aún más la Escuela de Psicología ULSAC. Actualmente se está trabajando en el rediseño curricular del plan de estudios 2014, enmarcado en el nuevo Modelo Educativo de la Universidad La Salle 2013, que tiene como fin el que los alumnos puedan “Aprender saberes, desarrollar proyectos y compartir capacidades y valores”

(Vargas, 2013), y que promueva “una formación humana, profesional-disciplinar o laboral que posibilite la comprensión de los diversos ámbitos en los que se desenvuelve, con un pensamiento heurístico que le habilite para innovar nuevos caminos personales, profesionales o laborales a favor de la equidad social y del trato respetuoso e incluyente hacia el trabajo colaborativo” (*Ibid.*).

De esta manera, la Escuela de Psicología busca celebrar su décimo aniversario, reforzando su propuesta y proyectos académicos en las funciones sustantivas de la universidad, la docencia, la investigación y la extensión, asumiendo un compromiso institucional a favor de la formación y profesionalización de nuestros estudiantes.

“Educar es un modo de esperar. Es apostar por las capacidades que laten en el corazón de cada persona, e ir contracorriente de las tendencias sociales negativas presentes en nuestra sociedad. Educar es un acto de fe que mantiene la convicción de que lo humano tiene sentido y posibilidad, aun teniendo en cuenta las contradicciones personales y los elementos negativos de nuestra sociedad” (Cervantes, 2011).



Foro Enfoque en Psicoterapia; Isabel Díaz Portillo y autoridades universitarias, octubre 2011.

Bibliografía

- Vargas (2013). *Modelo educativo La Salle*. México: Grupo Espinosa, p. 3.
 Cervantes (2011). *Educar desde la esperanza. Otro mundo es posible*. México: Editorial Didáctica, p. 81.

Editorial

Mtro. Pablo Martínez Lacy

Con la publicación número 20 de la revista *ConSciencia* se cumplen nueve años de trabajo ininterrumpido de la Licenciatura en Psicología en esta universidad y entramos en el 2014 con el décimo aniversario de ambos proyectos.³ Por lo anterior, decidimos en este número 20 celebrar estos diez años. Como la ocasión lo amerita, solicitamos la participación adicional con un breve comunicado del Rector, Mtro. Ángel Elizondo López; de la Mtra. Ofelia Rivera Jiménez, fundadora de la Escuela de Psicología, y de la Mtra. Ma. Elena Liñán Bandín, actual directora de la Licenciatura de Psicología de la Universidad La Salle Cuernavaca.

Con el fin de no ser reiterativo acerca de la importancia y trascendencia de este proyecto editorial, sólo mencionaremos que La Salle Cuernavaca ha sido un espacio de libertad y respeto para el desarrollo de éste y otros proyectos académicos que han progresado en concordancia con los ideales lasallistas, en su preocupación y compromiso fraterno con los sectores sociales más necesitados, en el sentido humanista de sus acciones y programas de estudio así como en la creencia y posibilidad de un mundo en paz, más justo y humano.

No obstante lo dicho, es necesario señalar que en este número conmemorativo incluimos una serie de fotografías que se han obtenido en el transcurso de los diez años de labor de la Escuela de Psicología. En ellas sobresalen los estudiantes en distintos momentos y lugares, desde las primeras generaciones hasta los últimos que han egresado de esta escuela y ahora son profesionistas y trabajan en distintos ámbitos.

Antes de hacer una breve presentación de los contenidos de este número es importante informar a nuestros lectores que la revista *ConSciencia* renovó la indexación con Conacyt de las revistas de divulgación científica y tecnológica, con lo cual entramos a una etapa interesante, llena de retos y compromisos. No es necesario decir que es una gran oportunidad para ampliar y renovar los objetivos que nos planteamos hace diez años cuando, gracias al apoyo de esta universidad y del Ing. Héctor Francisco Giordano Courcelle, entonces rector, este proyecto editorial ahora ha tenido importantes logros. Por ello hacemos una atenta invitación a todos nuestros lectores a par-

ticipar con trabajos, ensayos, artículos e imágenes.

En el presente número se dan cita, además de las participaciones mencionadas, cinco trabajos. En la sección de ensayos contamos con la participación de la estudiante de tercer semestre de Psicología de esta universidad, Brenda Sierra Altamirano, con un ensayo “El voleibol como herramienta terapéutica”, en el cual estudia algunos casos y analiza por medio de una pequeña encuesta las posibilidades psicológicas del entrenamiento deportivo. La propuesta de Brenda Sierra es audaz y valiosa, especialmente por ser una estudiante en formación, pues reitera situaciones que al parecer “todos saben” pero han pasado al olvido y ya no lo tomamos en cuenta. Así, el trabajo reivindica al deporte como una actividad que puede ser eficaz en la prevención y tratamiento de diversos trastornos de salud y de salud psicológica.

El ensayo de Óscar Valladares González, “El yo como instancia transformadora de la pulsión”, nos trae de nuevo a la mente el concepto del Yo o el Ego, que ha sido la piedra angular de discusiones, propuestas teóricas y prácticas de la psicología durante todo el siglo XX. Para Valladares el Yo en la actualidad como instancia psíquica se ve envuelto, no por sus pasiones, sino por una sociedad basada en el consumo y el marketing.

El siguiente ensayo: “Libertad en la era digital”, del Dr. Luis Tamayo, nos ofrece interesantes reflexiones de un mundo donde la “maravillas” de la era digital nos acercan, nos dan acceso a un gran cantidad de información y posibilitan procesos democráticos, pero a la vez se presentan diversos dilemas, porque aíslan y separan a los usuarios, e incluso algunos países han restringido su uso y acceso. El Dr. Tamayo se hace viejos planteamientos sobre los relativos avances de la tecnología en contraposición con la existencia del hombre, entre tener o ser. Lo relevante del ensayo es el paso que el autor hace de la filosofía a la psicología, pues enriquece las posiciones a debatir lo relativo que puede ser la libertad, especialmente cuando pensamos que la tecnología “resuelve” el asunto. Por ejemplo, para el Dr. Tamayo las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) no resuelven el problema de la educación; afirma que éstas están diseñadas para transmitir *información* no *formación*.

3. Cabe recordar que por razones administrativas, la Licenciatura de Psicología en ULSAC inició en enero de 2004.

No obstante para este autor es mejor un libre acceso al internet y a las TIC porque esto posibilita enfrentar los retos del futuro ya que estimulan la asociación y la organización.

También en este número décimo de la revista incluimos la segunda parte del artículo de María del Pilar Pérez, titulado “El acompañante incondicional. Una visión psicoanalítica”. En la editorial del número anterior, al presentar este artículo de María del Pilar Pérez, habíamos dicho que era una muestra de la cercanía del psicoanálisis con los procesos creativos del hombre, es decir, con sus rasgos más característicos. La afirmación estaba hecha con base al recurso literario que maneja para entamar su argumento sobre el fenómeno psicológico de los dobles. A lo anterior, habría que sumarles el “ojo” clínico que se despliega a lo largo del texto. El estilo de la autora hace justicia a su creatividad que resulta indispensable en los procesos terapéuticos. Para la Editorial es un honor y un placer contar con participaciones como éstas.

El último artículo es de la Dra. Isabel Díaz Portillo: “El por qué de la psicoterapia analítica”. Dada su extensión dividimos el artículo en dos partes, presentando en esta ocasión la primera. La Dra. Portillo se cuestiona en este trabajo los motivos que pueden existir en una persona cuando decide convertirse en terapeuta o en psicoanalista pues son procesos que demandan una gran cantidad de recursos y tiempo. Con esto la autora con base a su vasta experiencia explica de manera brillante las vicisitudes del proceso terapéutico, señalando la diferencia y similitudes entre el proceso psicoanalítico y la psicoterapia.

Podemos decir que este número de la revista *ConCiencia* en cierta manera muestra la riqueza, pluralidad y diversidad de la universidad. Tenemos dos trabajos de estudiantes: uno de la Licenciatura en Psicología y otro de la Maestría en Psicoterapia dinámica; además, contamos con tres trabajos cuyos participantes cuentan con una gran experiencia e importante trayectoria en el campo de la psicología, especialmente de la clínica. Y si bien los tres comparten la perspectiva psicoanalítica cada uno tiene sus particularidades: el Dr. Luis Tamayo desde la filosofía hace interesantes reflexiones; Ma. del Pilar Pérez, a partir de la literatura desarrolla su trabajo, e Isabel

Díaz Portillo, desde su gran experiencia en la práctica terapéutica, especialmente desde la psicoterapia grupal nos ofrece un trabajo aleccionador.



Jornada de Psicología, mayo 2009.

Psiconoticias

Sección escrita con el apoyo de Kika Zagal Becerril⁴

¡Estamos de Fiesta!

De manera muy especial podemos decir que durante el semestre agosto-diciembre 2013 se fue volando. Sucedió tan rápido: todo el año 2013 fue casi una ilusión fugaz que pasó en un instante. Podemos decir que para esos momentos hubo miles de árboles navideños esperando los festejos de fin de año.

Quizá a muchos profesores les robaría un suspiro el remontarse diez años atrás y recordar que fue entonces cuando en la Universidad La Salle Cuernavaca inició la Licenciatura de Psicología. Cuántas personas, cuántos proyectos, cuántos recuerdos, cuántas historias pueden conmemorar este tiempo.

Además, celebramos la primera década de nuestra revista *ConSciencia* de la Escuela de Psicología, que muy pronto te sorprenderá con todo lo que tenemos preparado.

Noticias universitarias

Dentro de los sucesos importantes en la Universidad está el "Foro de Salud Mental en Morelos, Avances y Retos", el cual se llevó a cabo el 9 de octubre en el Auditorio SUMMA. El psicólogo Jaime Dávila Sosa, secretario técnico del Consejo Estatal de Salud Mental de Morelos, ofreció una conferencia magna. Presentó datos estadísticos sobre desorden mental, discriminación y el presupuesto destinado para atender la salud mental. Nos hizo saber que México ocupa el último lugar en América Latina en destinar recursos a hospitales psiquiátricos y a la prevención de estos trastornos. Además, dio a conocer que después de catorce años, aparece el primer síntoma en el momento de ser atendida la enfermedad psicológica; por tanto, los tratamientos, cuando existen, se ven limitados en sus alcances. Tales enfermedades se manifiestan en epilepsia, alcoholismo, depresión, bipolaridad, psicosis, trastornos del desarrollo, del comportamiento, demencia y otros que pueden conducir al paciente hacia el suicidio.

Otro tema que se abordó es el de la grave frustración económica de los jóvenes por falta de oportunidades de estudio y empleo, ya que nuestro país atraviesa una crisis ante la cual sólo hay dos maneras de reaccionar: aumentando el índice de enfermedades mentales o implementando acciones y compromisos, de tal forma que la gran crisis represente también grandes oportunidades. Para el psicólogo lo importantes es avanzar en modelos de salud mental integral y preventivo. Éstos se inician tempranamente en la atención hospitalaria de los niños al nacer, en escuelas de preescolares, primaria y así sucesivamente, siendo la institución psiquiátrica el último recurso.

Dentro del marco de este importante evento se inauguró la exposición de la obra pictórica de Miriam Luna Arizmendi, quien es originaria de Zacualpan, Estado de México, y radica actualmente en Cuernavaca, Morelos. Ella se define como "... una joven con capacidades diferentes, la cual no la veo como discapacidad; los doctores diagnosticaron como Parálisis Cerebral Infantil (PCI)".

Además de ser una brillante y talentosa pintora, Miriam Luna Arizmendi estudia psicología en la Universidad Latina. Cabe destacar la actitud que tiene es una gran lección para muchas personas no solamente para quienes tienen capacidades diferentes: "Soy una persona que ama la vida, que vive cada minuto, cada segundo, cada instante al máximo, lo vivo así porque no tenemos la vida comprada y no sabes en qué instante se nos puede ir; la vida es hermosa y sólo se vive una sola vez, ¡nada más!".

Miriam estudió con el maestro Arturo Paredes Correa y ha recibido varios reconocimientos, entre los que destacan: en 2007 recibió el reconocimiento a las artes con placas de plata, "Real de Minas de Zacualpan"; en 2009, del Instituto Morelense de la Juventud, por concursar en la convocatoria de arte y por su participación en el 3° Parlamento Juvenil; en 2005, por su primera exposición organizada por la señora Maruca Aron en Casa Mandarina.

También, dentro del marco de este evento, se presentó el número 19 de la revista *ConSciencia* de la Escuela de Psicología a cargo del Mtro. David Molina Alamilla, acompañado por el Mtro. Pablo Martínez Lacy. Después de plantear algunas reflexiones sobre lo que significa presentar una revista de psicología, el Mtro. Molina, refiriéndose a Mario Bunge, afirma que es interesante la división y la relación que hace entre la filosofía y la psicología, vinculando la filosofía idealista con la psicología mentalista, la filosofía positivista con la psicología conductista y la filosofía materialista con la psicobiología. Sin entrar en detalles, para el expositor no es extraño que Bunge descalifique a Freud y a todos sus seguidores y detractores, psicoanalistas, humanistas y la "psicología filosófica", denominándolas psicologías precientíficas. El punto nodal es que Bunge, después de afirmar que a pesar de ser acentíficas, son las que mejor han planteado, pero no resuelto, algunos de "los problemas más interesantes de la psicología", tales como memoria, imaginación, amor y otros. Con todo, Bunge señala lacónicamente que la psicología mentalista es la abuela de la psicología científica y por eso hay que sepultarla con honra pero sin desconocerla.

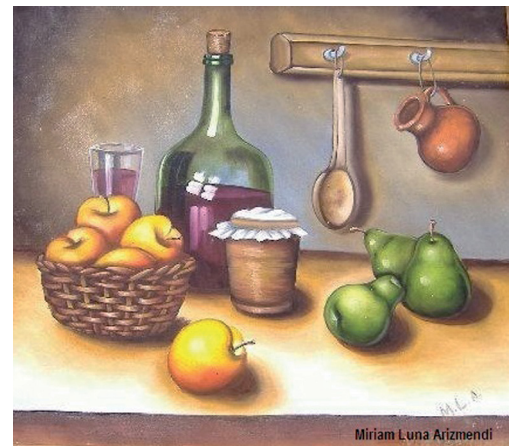
Para finalizar, el Mtro. David Molina señaló que lo que nos trae aquí es para celebrar que la psicología-mentalista, conductista o psicobiológica comparten un objeto de estudio más complejo que la simple relación individuo/sociedad, y



Día internacional de la salud mental, marzo 2009



Miriam Luna A. 2009.



Miriam Luna Arizmendi

Obra de Miriam Luna A. Título: Bodegón. Técnica: óleo sobre tela.



Despedida de la 6° generación, mayo 2012.



Estudiantes de la 7° generación de visita en la Casa de la Cultura de Atcholuaya, noviembre 2013.



Venta de la revista ConSciencia, octubre 2009.

sus nuevas hibridaciones han creado campos productivos de estudio interdisciplinarios que rozan la transdisciplina.

Tercer Concurso de Investigación en Psicología de Instituciones Lasallistas

El pasado 14 de octubre se inició la defensa de los trabajos de investigación en psicología en su tercera versión. En esta ocasión, el concurso fue organizado por la Universidad La Salle Morelia y la Universidad La Salle Pachuca. En la etapa de preselección se presentaron 27 investigaciones; en la segunda etapa, en donde se defienden los trabajos por sus autores en forma presencial y por videoconferencia, se admitieron 18, de diversas sedes lasallistas como ULSA Noroeste, Cancún, Ciudad Victoria, México, Pachuca, Bajío y Morelia.

Por parte de ULSA Cuernavaca se presentó el trabajo "Educación emocional para la formación infantil; desarrollo y evaluación de un taller que promueve el desenvolvimiento de habilidades emocionales en niños de 10 a 13 años", de Violeta Córdova I., ex estudiante de la Licenciatura en Psicología. En este trabajo, la investigadora propone a la educación emocional como una exigencia educativa que se justifica por la necesidad de desarrollar competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. A pesar de su valioso esfuerzo, no logró figurar entre los tres primeros lugares dentro de su categoría de avanzado (quinto a octavo semestre de licenciatura). No obstante, por nuestra parte se merece un reconocimiento por ser un digno representante de la Escuela de Psicología de ULSA Cuernavaca.

El trabajo ganador del primer lugar dentro de la categoría novel fue "Precisión en la atención en la niñez intermedia de una escuela pública", de Ana Karen Uruchurtu, de ULSA Noroeste. Para la categoría de avanzado, el primer lugar correspondió a dos trabajos que obtuvieron el mismo puntaje: "Inequidad de género en la relación de pareja en la Comunidad de Tilcuautla, San Agustín Tlaxiaca, Hidalgo", de Emmanuel Oswaldo, de ULSA Pachuca, y el "Sentido de vida en algunos adultos intermedios de clase media o media alta de Ciudad Obregón, Sonora", de Mónica Valenzuela, de ULSA Noroeste. Y para la categoría de expertos, el primer lugar fue para el trabajo "Registro de temperatura periférica como indicador del perfil psicofisiológico de estrés en personas con diabetes tipo 2", de Tania Berence, de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

Con estos resultados no queda sino expresarles a los participantes ganadores y a los que organizaron el evento, especialmente a la Mtra. Karina Hernández López y a la Mtra. Auxilio Rosas Rodríguez y los organizadores de ULSA Pachuca, una felicitación pues han hecho un gran esfuerzo

que estimula el trabajo académico, contribuyen a tomar nota de las actividades de investigación en diversos estados de la República así como al desarrollo de la psicología y a la solución de los problemas a los que se enfrenta.

V Encuentro sobre la Discapacidad, Derechos Humanos e Inclusión y IV Coloquio sobre Representaciones Sociales

Este encuentro se efectuó el día 12 de noviembre en nuestras instalaciones universitarias y estuvo organizado en tres mesas. En la primera participaron la Mtra. Ofelia Rivera, la Dra. Claudia Almazán y el Mtro. Guajardo, con temáticas de discapacidad cognitiva, cultura y crianza, impacto en la familia, conductas de rechazo y sobreprotección. La segunda mesa estuvo conformada por los licenciados Adán Uribe, Enrique Álvarez y Enrique Icaza, cuyo enfoque sobre el abordaje en la atención de la discapacidad, la preponderancia en la sociedad con una mentalidad discriminatoria de la discapacidad y las diversas implicaciones legales y jurídicas que conlleva este fenómeno. Por último, en la tercera mesa, integrada por la Mtra. Patricia Gómez, el Dr. Octavio García y la Dra. Natalia Arias, abordaron temáticas sobre el paso del concepto de discapacidad a la condición social de discapacidad, las carencias, dependencias e inclusión cotidiana, la neuroplasticidad, neurobiología y psicolingüística.

Finalmente queremos agradecer en este número de manera muy especial a todos y cada uno de los colaboradores que han hecho posible la realización de la revista ConSciencia de la Escuela de Psicología. Esperamos con mucho entusiasmo todas sus publicaciones.

Sabemos que vienen tiempos nuevos y deseamos con mucho cariño que el 2014 sea un año de logros y grandes triunfos para nuestros lectores.

Recuerda que la clave del éxito radica en la planeación oportuna de tus proyectos. Nos encontramos en la próxima publicación.

¡Hasta pronto!

Ensayos

El voleibol como herramienta terapéutica

Brenda Elena Sierra Altamirano⁵

Introducción

¿Sabías que el récord de asistentes a un partido se consiguió en uno entre Brasil e Italia durante la final de la liga mundial de 1995. El número de asistentes fue de 25 mil 326 y era tanta la presión sobre los jugadores que el equipo brasileño decidió taparse los oídos con algodón para evitar el estrés de la porra italiana?

A lo largo de mi experiencia en el deporte, he observado cómo no sólo me ayuda a mí, sino a otras personas que sufren depresión, ira, odio, tristeza, o que simplemente no se encuentran en armonía con ellos mismos, y han logrado alcanzar, en su mayoría, un estado de bienestar en sus emociones, canalizando los sentimientos negativos de una forma favorable. Inclusive las personas que se encuentran en armonía con ellas mismas y con el mundo, son beneficiadas al realizar actividades deportivas manteniendo y hasta aumentando su buen estado de ánimo. Al relacionar estos aspectos, mi interés es el de investigar a profundidad cómo y por qué el deporte ayuda a las personas a mantener, controlar o adquirir la armonía y un agradable estado de ánimo.

Si se diera a conocer amplia y con justificación el hecho de que esta actividad propicia el bien emocional al resto de las personas, se lograría crear un interés en mejorar el estado de ánimo y al mismo tiempo en la relación con los demás.

De acuerdo a los estudios realizados en la Universidad de La Plata, a cargo del profesor José Antonio Fotia, las personas que practican voleibol desarrollan diferentes habilidades, tales como coordinación, equilibrio, reflejos, memoria y agilidad; en conjunto les permite estimular de manera favorable distintos lóbulos cerebrales que les ayudará a manejar y mejorar sus emociones, a controlarlas, ya que es necesario concentrarse a pesar de las dificultades del partido o de lo contrario no se logran obtener resultados positivos.

El estudio sobre las emociones en el deporte puede llegar a ser muy extenso y variado debido a la gran cantidad de actividades y deportistas, por lo que nos

enfocaremos en analizar a los jugadores de voleibol y sus cambios emocionales.

Los jugadores de voleibol pueden sufrir un cambio de ánimo de acuerdo a la presión psicológica de la porra y el otro equipo de manera positiva o negativa.

En este texto podremos dar un pequeño paseo por la historia de la psicología deportiva, desde sus comienzos hasta la actualidad. Observaremos cómo las culturas fueron creciendo socialmente gracias al deporte que se realizaba. Esta teoría se comprobará con base en una investigación de campo que contiene entrevistas, encuestas y un sondeo; asimismo, se realizará una comparación en el caso de un jugador sumamente codiciado por todas las ligas mundiales del voleibol, quien al tener una infancia con varios obstáculos, por fin encuentra su camino dentro de este deporte llegando a ser el más valioso.

Se presentarán estadísticas tanto de un sondeo como de encuestas realizadas en la Universidad Autónoma del Estado de Morelos y en la Unidad Deportiva Flores Magón con tablas y gráficas para mostrar los resultados respecto a la opinión de los participantes. Además, dos entrevistas con expertos en el deporte y la psicología darán cuenta de los temas a comprobar dentro de la hipótesis.

Marco histórico

La psicología deportiva se dividió en cuatro etapas a lo largo de la historia (Thomas: 1982, pp. 31-40). En la "etapa de los precursores", de 1879 a 1919 aproximadamente, sus raíces se encuentran en la psicología experimental. Dicho periodo se caracterizó por la creación de laboratorios experimentales con temáticas como el tiempo de reacción, la cronometría mental, destrezas motrices y aprendizaje motor.

El primero de ellos fue en Leipzig, Alemania, en 1879 (Jean: 1991, pp. 25-48). Se caracterizó por ser una psicología del deporte llevada a cabo informalmente por entrenadores, deportistas y comentaristas. Se publicaron los primeros manuales y los más importantes son los de Triplett y Fitz (Estados Unidos), Wundt (Alemania), Lesgaft (Rusia) o Coubertin (Francia).

La segunda fue la “etapa de formación”, de 1920 a 1945. En ésta vinieron los antecedentes inmediatos de la psicología del deporte y fue la preparación para concebirla como ciencia. Se destacan tanto los trabajos de los “padres” de esta rama de la psicología: Alexander Puni, Peter Rudik en la Unión Soviética, Coleman Griffith en Estados Unidos y R. W. Schulte en Alemania, en temas como habilidades motrices, aprendizaje, variables de la personalidad, motivación e intereses, y la creación de centros deportivos especializados para tales efectos.

Otra fue llamada la “etapa de crecimiento”, que abarcó de 1945 a 1964. En ésta se realizaron aportaciones en el campo del aprendizaje motor y se crearon trabajos sobre evaluación del rendimiento así como estudios sobre personalidad y deporte. Tras la Segunda Guerra Mundial, como consecuencia de las investigaciones del conductismo, se extendieron los estudios sobre aprendizaje motor. El ámbito de la psicología del deporte pasó a ser el aprendizaje motor y variables de personalidad como el estrés. En esta etapa surgen nuevas líneas de estudio, como las reacciones emocionales (miedo en fútbol y boxeo), agresividad (boxeadores y lucha), y estrés y rendimiento (tensión emocional/ejecución).

La “etapa de consolidación”, de 1965 hasta la fecha, realizó estudios sobre evaluación, investigación e intervención. Se intentó agrupar a los expertos de diferentes países, y en la década de los sesenta del siglo pasado aparecieron numerosas publicaciones sobre este tema.

Psicólogos de Estados Unidos y Canadá se reunieron en Dallas para discutir la viabilidad de crear una sociedad dedicada al estudio y la promoción de la psicología del deporte. Esta reunión tuvo como consecuencia el nombramiento de varios representantes que habrían de participar en el I Congreso Internacional de Roma (1965), en el cual se pudo apreciar la gran dispersión conceptual y metodológica existente. Entonces se creó la *International Society of Sport Psychology* (ISSP).

En 1967, como fruto del entusiasmo de los psicólogos del deporte americanos y canadienses, surgió la Sociedad Norteamericana para la Psicología del De-

porte y de la Actividad Física (NASPSPA, por sus siglas en inglés), en la cual se realizan reuniones anuales para extender los nuevos conocimientos sobre el deporte y la actividad física en tres áreas: aprendizaje motor, desarrollo motor y psicología del deporte.

En 1970 la psicología del deporte fue reconocida como nueva disciplina en las ciencias del deporte.

Marco teórico

Dentro de las ciencias sociales se encuentra la psicología, que es la ciencia que estudia el funcionamiento de la mente y de la conducta. Ésta se divide en distintas ramas, especializadas en diferentes áreas. Una de ellas es la psicología deportiva, que es la rama cuyo objeto de estudio es el comportamiento en el ámbito deportivo; por lo tanto, basándonos en este objetivo, para el estudio del deportista se utilizarán dos aspectos: motivación e interés y variables de personalidad, ya que por medio de la motivación al deportista se obtienen resultados en su desarrollo y crecimiento no sólo en el deporte sino también en su personalidad.

Algunos términos que usaremos a lo largo de este texto será el de la personalidad, que es el patrón de pensamientos, sentimientos y conducta que presenta una persona y que persiste a lo largo de toda su vida a través de diferentes situaciones. El pensamiento es un producto de la mente, que puede surgir mediante actividades del intelecto o por abstracciones de la imaginación. El sentimiento es un estado de ánimo o disposición emocional hacia una cosa, un hecho o una persona y pasa a ser parte afectiva o emotiva del ser humano, por oposición a la razón o el intelecto. La conducta se refiere a las acciones de las personas en relación con su entorno o con su mundo de estímulos. La emoción es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos (fisiológicos y endocrinos) de origen innato, influidos por la experiencia. Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea.

Alexander Puni propone que el rendimiento de un deportista va a depender de la motivación que se le dé por parte de sus compañeros y entrenadores, y de

los intereses de la persona que se determinan por medio del test; mientras Coleman Griffith afirma que las habilidades del individuo marcarán la forma de su desarrollo (González: 1996, pp. 152-168).

Desarrollo

Durante nuestra investigación hemos intentado demostrar que el voleibol como terapia deportiva puede ayudar, como otros deportes, a mejorar el control de las emociones ya que está expuesto a diferentes exigencias dentro de un partido, logra un carácter más sólido, incrementa las relaciones sociales y sobre todo nos da mayor empatía para entender a los otros. Con el método de estudio de casos, revisaremos el ejemplo de Gilberto Amaury Godoy Filho, mejor conocido como Giba. Es un joven que pasó de ser un inadaptado social al mejor jugador del mundo. Nació el 23 de diciembre de 1976 en Londrina, Brasil, tuvo leucemia desde los seis meses de edad hasta los cinco años. Por su enfermedad fue privado de distintas actividades que le impidieron tener un desarrollo normal y afectó su comportamiento social. A los ocho años sufrió un accidente que le generó una herida que debió ser tratada con cien puntadas de sutura en un brazo y tardó 16 meses en recuperarse.

Como era de suponerse, el hecho de estar encerrado durante su tratamiento y el poco contacto social en su infancia, Giba desarrolló una personalidad introvertida, ermitaña y a veces insegura, pues le costaba mucho convivir con otras personas, y en situaciones donde él se sentía amenazado, perdía el control de sus emociones y tenía arranques de furia contra los demás. Al llegar a la adolescencia se encontró con las drogas, y su consumo fue como una vía de escape de la realidad que le proporcionaba una falsa sensación del control de su vida.

Después de tener muchos problemas en la secundaria, al ingresar a la preparatoria conoció a una profesora que cambiaría su vida. Ella le ayudó a dejar la marihuana y comenzó a desarrollarse socialmente. En un principio se acercó a él con la intención de darle terapias en un diván, pero de inmediato se dió cuenta que Gilberto era un chico lleno de energía que necesitaba canalizar hacia alguna actividad física; de esa manera le muestra el mundo del voleibol, aunque

en un inicio rechazó la idea pues para él significaba tener que estar rodeado de muchas personas. Después de varios intentos, su profesora logró convencerlo de ir a un entrenamiento.

Gilberto no era la persona más ágil del equipo y tuvo una desastrosa actuación al terminar el entrenamiento. Mary, como llamaba a su profesora, se acercó a él con el temor que el joven no volvería a intentarlo, pero se sorprendió al preguntarle cuándo sería el siguiente entrenamiento: "Quiero jugar tan bien como el resto de ellos", le dijo (Rivero Da Silva, 2005). Lo que su profesora no sabía es que durante su lucha contra la leucemia, se había formado la idea de nunca rendirse ante las dificultades de la vida. Él sabía que si había vencido al cáncer podría vencer a los mejores jugadores de ese equipo.

A partir de ese momento, Mary se dedicó a mostrarle a Gilberto que era bueno convivir con otros jugadores e incluso podía aprender más rápido si les pedía consejos. Esta idea dejó huella en él, ya que comenzó a esforzarse más por hablar con sus compañeros. Avanzó rápido, tuvo talento y llegó el día en que tenía que enfrentar su primer partido. El escenario no podía ser mejor: era el partido inaugural contra el máximo rival de su escuela. Inició el partido y el joven mostraba agallas, hasta que la porra contraria comenzó a gritarle insultos por ser novato; su desesperación llegó a tal grado que al no soportar más la presión abandonó la cancha y se lanzó a golpes contra un espectador. Este incidente generó en él un conflicto muy fuerte pues se sentía culpable por la derrota de su equipo, además de que había perdido su única oportunidad de destacar, por lo que recayó en las drogas que incluso consumía antes de un partido, pues según él eso lo mantenía relajado. A pesar de esta situación, su carrera empezaba a brillar y a calificar a rondas finales. Sin embargo, los jugadores fueron sometidos a un examen antidoping y para sorpresa de muchos, la joven promesa dio positivo y fue dado de baja de la liga por un año. Mary, lejos de reprenderlo, charló con Giba y si quería ayudarlo, debía de tener más trato con él, por lo tanto decidió apoyarlo en controlar sus emociones sometiéndolo a retos.

Cuando Gilberto estuvo fuera de la liga no podía presentarse a entrenar, pero seguía firme en ser el mejor, así que decidió entrenar por su cuenta para desarrollar sus habilidades físicas. Junto con Mary creó un plan en el que cada día se exigía más y se veía obligado a cumplir cada meta, lo que le generaba una cantidad enorme de estrés durante estos entrenamientos. Sufrió muchas veces a causa del coraje, la ira y el estrés, pero al final aprendió a reconocer el inicio de una crisis y, sobre todo, aprendió que a través de un esfuerzo mayor en su ejercicio podía liberar la presión que sentía por dentro. Cuando regresaba a las canchas mostraba una actitud más relajada, lo que aumentó su ritmo de juego, pues cada partido lo disfrutaba al máximo.

Llegó su turno de ingresar a la selección de su estado y a partir de ahí su carrera avanzó considerablemente hasta llegar a la selección nacional de Brasil donde rápidamente se ganó un puesto titular, y en ese equipo descubrió que el éxito se debía a que antes de cada juego dentro del vestidor todos conviven al ritmo de samba y salen tan alegres que la euforia que sienten los ayuda a concentrarse mejor.

Hoy en día Giba es el mejor jugador del mundo, lejos de aquel joven lleno de frustraciones. En la selección de Brasil es considerado un jugador indispensable, pero él nunca olvida que el apoyo entre los jugadores es la clave del éxito, por eso siempre tiene una mano para su compañero en los momentos difíciles. Rodrigo, su compañero de sección, declaró: “En ocasiones, el juego es tan difícil que tenemos el destino en nuestras manos y sólo un segundo para decidirlo, en esos momentos es bueno saber que Giba está a tu lado”.⁶

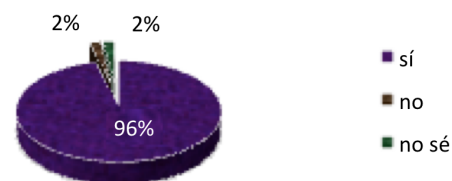
Al concluir el estudio de este caso podemos decir que efectivamente el voleibol puede ser considerado una terapia emocional pues las exigencias del juego y el apoyo, tanto de entrenadores como de compañeros, modificarán el carácter de una persona e incluso propiciarán a desarrollar habilidades donde su sistema nervioso trabaje más rápido y sea capaz de reaccionar de una mejor manera, no sólo ante las adversidades de un partido, sino en las de la vida.

Investigación de campo

Sondeo:

Este sondeo se efectuó por medio de un cuestionario aplicado el jueves 3 de mayo de 2012 en la Universidad Autónoma del Estado de Morelos a veinte jóvenes.

¿Crees que el realizar un deporte o actividad física ayuda a desarrollar habilidades y a manejar y controlar las emociones?



	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	48	1	1
Términos Relativos	96%	2%	2%

El 96% de las personas saben y reconocen que hacer deporte o actividad física es de ayuda tanto física, mental y emocionalmente para desarrollarse de manera óptima, pero es algo contradictorio porque de este 96%, menos del 50% realiza estas actividades, esto da a entender que a pesar de tener el conocimiento del beneficio, sólo se ve como algo externo más, no como algo que uno mismo deba realizar.

Encuesta:

La encuesta se realizó el día jueves 3 de mayo de 2012 en la Universidad Autónoma del Estado de Morelos, en la Facultad de Psicología, debido al interés por conocer la opinión y enfoque desde un punto psicológico no profesional, por la relación con emociones y sentimientos y el aspecto mental; así como a los estudiantes de la Facultad de Educación Física,

6. Entrevista dada a Fox Sports en las Olimpiadas de Atenas 2004.

por su importante punto de vista. De igual manera, se realizó el sábado 5 de mayo de 2012 en la Unidad Deportiva Flores Magón, para tener en cuenta el desarrollo personal y social de los jugadores de voleibol en esta unidad y conocer sus efectos al practicar este deporte.

1. *¿Practicar algún deporte? ¿Cuál?*

El 50% mencionó que no practica ningún tipo de deporte, pero el 50% restante sí lo hace, entre los que destacan:

Deporte	Futbol	Atletismo	Voleibol	Americano
Términos Absolutos	3	2	4	1
Términos Relativos	10%	15%	20%	5%

Causó confusión y curiosidad al saber que aproximadamente el 28% de los encuestados que mencionó que no realizaba algún deporte, era de los estudiantes de la Facultad de Educación Física.

2. *¿Crees que realizar un deporte ayuda a mantener un bienestar emocional?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	20	0	0
Términos Relativos	100%	0%	0%

3. *Desde tu punto de vista ¿crees que el deporte se puede tomar como terapia? ¿Por qué?*

El 100% de los encuestados dijo que sí, ya sea por distracción, control de estrés, ayuda a adicciones, canaliza la energía, es terapia ocupacional, por la dopamina y endorfinas que se secretan al realizarlo, y en general por mantener la salud física y mental.

4. *¿Es importante tener salud emocional?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	20	0	0
Términos Relativos	100%	0%	0%

5. *¿Has sentido algún cambio al hacer deporte después de un choque emocional? ¿Cuál?*

Un 85% contestó que sí ha manifestado algún cambio y en su mayoría son positivos, como volver a sentirse vivo, eleva su autoestima, tiene la sensación de libertad y en general es la descarga del choque y relajación después del deporte.

6. *¿Qué deporte consideras que es el más armonizador?*

El 45% de los participantes menciona que los deportes de contacto como el basquetbol, futbol soccer y americano son los más relajantes. Mientras que el 40% prefiere los que no presentan contacto como el tenis, voleibol, atletismo, natación y tiro con arco. Asimismo, sólo el 15% argumenta que todos realizan el mismo efecto armonizador siempre y cuando se realicen con gusto.

7. *¿La motivación de un entrenador o animador o animadores (porra) afecta el desempeño del jugador?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	17	2	1
Términos Relativos	85%	10%	5%

8. *¿El deporte en equipo puede afectar tus emociones de manera distinta que al ejercitarte individualmente?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	11	7	2
Términos Relativos	55%	35%	10%

9. *¿Es importante tener armonía interna para mejorar tu desempeño social?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	19	1	0
Términos Relativos	95%	5%	0%

10. *¿Crees que el equilibrio, reflejos, memoria y agilidad se modifican al realizar deporte?*

	Sí	No	No sé
Términos Absolutos	19	0	1
Términos Relativos	95%	0%	5%

Entrevistas

a) Realizada el sábado 5 de mayo de 2012 a la profesora María Elena Altamirano Román:

1. *¿Qué es salud emocional?*

Es el estado de ánimo normal en un jugador, es decir, cuando tiene total control de sus emociones y ningun-

na afecta su rendimiento en el partido y sobre todo no afecta la integridad del equipo.

2. *¿Cree usted que el voleibol puede cambiar el estado de ánimo de una persona?*

Claro que puede cambiarlo. Durante el partido un jugador puede pasar por todas las emociones posibles, desde la alegría hasta el coraje más grande, pues está expuesto a muchas situaciones de juego y cada una de ellas le exige una respuesta diferente.

3. *¿Considera este deporte como una terapia emocional?*

Definitivamente puede ser una terapia emocional porque practicar voleibol implica tener que convivir con otras personas, lo que nos ayuda a ser más sociales. Saber convivir con muchos tipos de caracteres sin perder el control, además uno mismo aprende a conocerse.

4. *¿Una persona que practica voleibol puede controlar más sus emociones?*

Después de un largo periodo de entrenamiento y práctica del voleibol, una persona definitivamente puede controlar sus emociones, ya que al haber experimentado diferentes escalas de emociones en algún punto de su entrenamiento personal debió haber aprendido a controlar sus arranques para que éstos no afecten su nivel de juego.

5. *¿Considera usted importante las emociones en su equipo?*

El control de las emociones en un equipo no tan sólo de voleibol sino de cualquier deporte es de suma importancia, ya que el estado de ánimo de los jugadores puede ser un factor para la victoria o la derrota, por lo que todo el equipo debe llevar entrenamiento emocional.

6. *¿Quiénes pierden el control de sus emociones más frecuentemente? ¿Hombres o mujeres?*

Los hombres son los que pierden la calma más frecuentemente, son más explosivos y desesperados, actúan por instinto, y esto provoca que sus reacciones sean más inesperadas y repentinas, además de que sus reacciones son mucho más fuertes pero cortas; en el caso de las mujeres son pocos los cambios pero mucho más duraderos.

7. ¿En sus equipos cuenta con un psicólogo que acompañe a los jóvenes?

No, desafortunadamente en México no hay suficientes recursos para disponer de un psicólogo en cada equipo, pero sí tratamos de tener pláticas con los jugadores para saber cómo se sienten dentro del equipo y sobre todo para generar la buena convivencia.

8. ¿Cuál es la importancia de que el entrenador mantenga un control emocional?

Hay que recordar que el entrenador es el guía del equipo, es el que va a enseñarles por dónde ir y cómo desarrollar su juego, como en todo equipo de trabajo; si el guía pierde la calma, todo el sistema posiblemente se viene abajo.

b) Entrevista realizada el 6 de mayo al Lic. en Psicología Alejandro Amador:

1. ¿Qué es salud emocional?

Es el estado en el que una persona es capaz de controlar totalmente sus emociones y las utiliza de acuerdo a la situación en la que se encuentra. Para alcanzar la salud emocional es necesario que diversos factores psico-sociales interactúen entre sí, para que el individuo se sienta en total control de sus estados de ánimo. En general se considera que la mayoría de las personas tiene control emocional.

2. ¿Cree usted que el voleibol puede cambiar el estado de ánimo de una persona?

Por supuesto que puede cambiar el estado de ánimo de cualquier individuo. En primer lugar, debido a que el cuerpo libera más adrenalina para que tenga mayor capacidad de respuesta, lo que a su vez genera excitación en las neuronas y origina impulsos más rápidos, sólo que da una sensación de alegría y poder, pero al mismo tiempo otros factores pueden influir en el jugador, ya sea por los resultados del juego o la influencia de la porra que puede generar estrés y por lo tanto sentimientos de frustración o agresividad.

3. ¿Considera este deporte como una terapia emocional?

El deporte puede ser considerado como una terapia, ya que es una manera de convivencia social en la que el individuo se verá expuesto a diferentes escenarios sociales, en los que experimentará cambios de ánimo

mucho más rápidos. Le ayudará a conocer más a fondo qué reacciones tiene su cuerpo ante cada emoción y a su vez le ayudará cuando esté en su vida cotidiana, pues será capaz de identificar con mayor rapidez sus emociones. Esto le permitirá tener control de ellas en especial el enojo, la ira y la frustración.

4. ¿Una persona que practica voleibol puede controlar más sus emociones?

Como lo mencioné, un deportista aprende a identificar sus emociones desde el momento en que éstas empiezan a desarrollarse, lo que le dará un mayor control sobre ellas pues podrá intentar reprimirlas antes de que lleguen a su clímax.

5. ¿Qué y cuáles son las principales emociones?

Estímulos que alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas o guía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria; las principales son la alegría, la tristeza, la ira, el enojo, la ansiedad, la desesperación. Existe un sinnúmero de emociones variables de acuerdo a cada personalidad.

6. ¿Qué lóbulos participan en la generación de las emociones?

Inicialmente se creía que las emociones y su expresión estaban más representadas en el hemisferio derecho, más tarde se descubrió que, tanto la emoción como su expresión, se encontraban representadas en la corteza cerebral; la emoción, por un lado, en la región pre-frontal y la expresión, en la región medio frontal.

7. ¿Qué es la inteligencia emocional?

Es la capacidad que tiene un individuo para controlar sus emociones, de tal manera que pueda modificarlas de acuerdo a las necesidades que tiene en cada momento, incluso es capaz de convertir el peor sentimiento en algo tan agradable que ayude a su vida, es decir experimentan un grado alto de empatía.

8. ¿Quiénes son más capaces de controlar las emociones? ¿Los hombres o las mujeres?

Las mujeres son las que han demostrado ser más capaces de controlar sus emociones, ya que tienen una mayor empatía y por lo tanto pueden notar cuando algo afecta su entorno y cambiarlo; sin embargo,

en situaciones de mucho estrés el hombre es más capaz de controlar sus emociones pues adquiere una actitud de supervivencia natural, por lo que necesita estabilidad y capacidades de reacción.

Conclusiones

Al terminar esta investigación sostenemos que el voleibol puede ser considerado una terapia emocional. Se ha observado que durante un partido los jugadores se ven expuestos a diferentes situaciones que les generan cambios de ánimo, como puede ser la intensidad del juego, la porra, los gritos del entrenador, entre otros. Sin embargo, a pesar de todas estas variaciones, el jugador ha desarrollado, gracias al entrenamiento, la capacidad de mantener la concentración para que su rendimiento no se vea afectado, por lo que, después de algunos años de practicar esta disciplina, aprenderá a conocer las reacciones de su cuerpo ante diversas situaciones, y en su vida cotidiana podrá identificar sus emociones antes de que éstas se desborden.

De acuerdo a la investigación, las conclusiones parciales son:

- El 50% de las personas hacen ejercicio o alguna actividad física.
- El ejercicio es necesario para tener una salud mental.
- La motivación de un entrenador, la porra y de los propios compañeros, es decir, los aspectos sociales y su estimulación que acompañan a los deportes, son esenciales para el buen desempeño de los jugadores.
- Con una buena asesoría, el voleibol puede ser terapéutico.
- Realizar algún tipo de actividad física ayuda a reducir y controlar el estrés.

El voleibol no sólo mejora el control de las emociones, sino que también la relación que tenemos con nuestro entorno, pues un jugador se ve obligado a convivir con sus compañeros por lo menos durante el partido, y poco a poco aprenderá a conocerlos de tal manera que incluso entre los integrantes podrán controlar las crisis emocionales del equipo. Cabe mencionar que no a todos le resultará efectiva la terapia; los participantes reaccionan de distinta manera.

Los efectos terapéuticos del juego dependen de la disposición de cada jugador, del ambiente del equipo y de las capacidades del entrenador.

En este trabajo se considera correcto el uso de los deportes como terapia emocional o como una actividad de apoyo a ésta, ya que es una manera sencilla y eficaz de canalizar toda esa energía dentro de una persona hacia algo más productivo que incluso podría dejarle grandes satisfacciones, no obstante se espera que en el futuro se continúe con los estudios y las posibilidades emocionales de practicar algún deporte.

El voleibol sí puede ser considerado una terapia emocional para mejorar la calidad de vida de un persona: desarrolla sus habilidades, emociones, estado de ánimo, control de emociones e integración social.

Bibliografía

Bases psicológicas del volleyball. (2008). Discovery Digital Technologies [video].

Buceta, M. J. (2004). Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes. Madrid: Dykinson.

Control de emociones en un deporte. (2000). Discovery Home and Health [video].

Deporte como terapia psicológica. (2011). Universidad de Salamanca [video].

Dosil Díaz, J. (2002). Psicología y rendimiento deportivo. Madrid: Gersam.

- Dosil Díaz, J. (2003). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Vigo: Samaranch.
- Dunnig, E. (2009). *El fenómeno deportivo: estudios sociológicos en torno al deporte, la violencia y la civilización*. Barcelona: Paidotribo.
- García, A. (2003). "La psicología del equipo deportivo. Cooperación y rendimiento". *Illes Balears*, (6), pp. 76-87.
- González, L. J. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Madrid: Biblioteca Nueva S.L.
- Gordillo, A. (1992). "Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva", (122), pp. 27-36.
- Hernández, S. J. (2004). *Deporte en armonía*. Bogotá: San Pablo.
- Lawther, J. D. (1987). *Psicología del deporte y del deportista*. Barcelona: Paidós.
- Martínez del Castillo, J. (1998). *Deporte y calidad de vida*. España: AIESAD.
- Motivacion psicológica en el atleta. (2004). ESPN [video].
- Psicología online: <http://www.psicologia-online.com/ebooks/deporte/origenes.shtml> (consultado el 27 de marzo de 2012)
- Riveros Da Silva, M. (2005). "Logros y fracasos del #1". Salamandra.
- Rudik, P. A. (2002). *Psicología de la educación física y el deporte*. Argentina: Stadium.
- Salud deportiva: http://www.sportsalut.com.ar/articulos/educacion_fisica/3.pdf (consultado el 14 de marzo de 2012)
- Spence, P. (1997). "El efecto de la actividad física-la participación en concepto de sí mismo. Un meta-análisis". *Revista de Psicología del Deporte y el Ejercicio*, (109), pp. 19-32.
- Terapia deportiva en adolescentes. (2007). SEP [video].
- Thomas, A. (1982). *Psicología del deporte*. Barcelona: Gerder.
- Valdes Casam, H. (2002). *La preparación psicológica del deportista*. Barcelona: INDE Publicaciones.
- Williams, J. (1991). *Psicología aplicada al deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.

El Yo como instancia transformadora de la pulsión

Óscar Valladares González

Los contenidos sobre “Teorías de la personalidad con enfoque en psicología del Yo” nos llevan a indagar sobre el concepto del Yo desde los orígenes en S. Freud. En un inicio, durante el “Proyecto de psicología para neurólogos” (1895), aún no se mencionaba el concepto de Ego, pero sí de una entidad neurobiológica que regulaba la recepción y pase de los estímulos por la conciencia. En esa nomenclatura se hablaba de neuronas pasaderas e impasaderas, es decir, unas neuronas tendrían acceso a la conciencia y otras no, y permanecerían por ello en una entidad que, más tarde, en el modelo topográfico, Freud denominara inconsciente. La noción de Ego o Yo, como su traducción al español lo ha mencionado siempre, estuvo presente desde *Estudios sobre la histeria*, cuando habló del narcisismo, en el concepto de identificación, y en obras posteriores hasta llegar el establecimiento de su enfoque estructural propuesto en *El Yo y el Ello* (1923), que es donde ya establece las estructuras que componen el aparato psíquico como Yo, Ello y Superyó.

Laplanche y Pontalis (1967) definirán el Yo de la siguiente manera: desde el punto de vista tópico, el Yo se encuentra en relación de dependencia, tanto respecto a las reivindicaciones del Ello como a los imperativos del Superyó y a las exigencias de la realidad, aunque se presenta como mediador, encargado de los intereses totales de la persona, su autonomía es puramente relativa. Este Yo a su vez se compone de subestructuras como los mecanismos de defensa: el carácter, que es creado en la interacción del Yo con la cultura, se aloja también una parte consciente que regula los juicios y la razón, y una parte preconsciente, que corresponde al pasaje donde lo inconsciente se hace susceptible de acceder a la conciencia y ésta por lo tanto tendrá noticia del material intrapsíquico ahí alojado; falta por supuesto la porción más grande que corresponde al inconsciente.

Desde el punto de vista dinámico, el Yo representa en el conflicto neurótico el polo defensivo de la personalidad; siempre pone en marcha mecanismos de defensa, motivados por la percepción de un afecto displacentero (señal de angustia). El Yo ha sido señalado en ocasiones como portador de la angustia, y según

Freud (1933), en consecuencia activa, la resistencia, dando lugar a la aparición de un estado afectivo en el que se reúnen determinadas sensaciones de la serie placer-displacer con las correspondientes inervaciones de descarga y recepción.

Desde el punto de vista económico, el Yo aparece como un factor de ligazón de los procesos psíquicos; pero, en las operaciones defensivas, las tentativas de ligar la energía pulsional se contaminan de los caracteres que definen el proceso primario. Esta instancia intrapsíquica se puede entender como un aparato adaptativo diferenciado a partir del Ello en virtud del contacto con la realidad exterior. En esta definición de Laplanche y Pontalis (1967) se identifican varios elementos a destacar: en la primera, el Yo sería una instancia vapuleada literalmente por las exigencias instintivas del Ello por el Superyó, con sus restricciones y por el principio de realidad. El Yo ante este “estira y afloja” deberá asumir varias tareas, entre ellas inhibir (en términos freudianos inhibir es lograr el equilibrio de la descarga mínima de tensión), posponer y demorar (la descarga pulsional, de manera que no debe permitir el pasaje al acto o la irrupción indiscriminada de material inconsciente), pero el Yo no desiste, el hacer esto implicará la represión; es decir, si el Yo renuncia a la descarga pulsional activará entonces la represión y ésta a su vez dará lugar a síntomas de tipo principalmente neurótico con valor de formaciones de compromiso. En el aspecto dinámico, son mecanismos defensivos del Yo cuya finalidad será auxiliarlo para que la pulsión emerja de manera indirecta, quizá como desplazamiento, somatización, anulación, formaciones reactivas, vuelta del instinto contra el Yo e incluso la propia represión.

Asimismo, el Yo deberá regular la energía psíquica, invertir la libido, catectizar objetos, es como tener dinero en el banco e invertirlo en acciones, comprar productos, etcétera; lo que el Yo no deberá hacer es acumular mucha energía por medio de la represión porque este mecanismo es el más costoso, puesto que lo lleva a la ya mencionada creación de síntomas neuróticos que serán experimentados como displacer. Recordemos que el Yo debe liberar el exceso de tensión, se vivencia como displacer y la descarga de esa tensión tendrá a su vez la sensación de placer. Entonces el Yo deberá estar descargando constan-

temente ese exceso de tensión de manera aceptable a nivel social. A esta actividad Freud lo ha llamado placer y éste será vivenciado como deseo. La satisfacción de liberar la tensión constituye las huellas mnémicas que son referentes para las siguientes experiencias satisfactorias en los sujetos, y el aparato psíquico es una vía de tramitación de energía pulsional.

El Yo es el resultado de identificaciones que conducen a la formación dentro de la persona, de un objeto de amor catectizado por el Ello. De esto Freud habla desde la *Introducción al narcisismo* donde el libido narcisista deberá transformarse en libido objetal y depositarse en objetos externos al Yo; lo mencionará también en las pulsiones y sus destinos.

El Yo es la parte del Ello alterada por la influencia directa del mundo exterior con mediación de psiquismo consciente, además se empeña en hacer valer sobre el Ello el influjo del mundo exterior; así como sus objetivos propios; se afana por reemplazar el principio del placer, que rige irrestrictamente en el Ello, por el principio de realidad: "Para el Yo la percepción cumple el papel que para el Ello corresponde a la pulsión. El Yo es el representante de lo que puede llamarse razón y prudencia, por oposición al Ello, que contiene las pasiones" (Freud, 1923). Con esta alteración por influencia del mundo externo el Yo logra en el mejor de los casos transformar las pulsiones del Ello en funciones yoicas, es decir, en acciones sociales que implican la postergación de la pulsión; debemos tener en cuenta que el Yo previamente fue Ello y en el futuro deberá regirse por el Superyó. Esta transición entre pulsiones del Ello y las funciones yoicas estará determinada por el curso de la etapa fálica y en el curso de la misma por la superación del complejo de Edipo, por lo tanto deviene así la aparición del Superyó. Pero el Yo esencialmente nunca dejará de estar habitado de Ello, de pulsión pura. Recordemos que Freud reconoce al Yo como la instancia psíquica más pequeña de las tres instancias propuestas en *El Yo y el Ello* (1923); en esa misma obra dará al Ello un lugar predominante en relación con el Yo y el Superyó.

Respecto al Yo, Lacan propone lo siguiente: "El Yo no está en el centro del dilema, el Yo es en realidad un

objeto, el Yo es una construcción que se forma por identificación con la imagen especular del estadio del espejo, es entonces el lugar en donde el sujeto se aliena de sí mismo transformándose en el semejante" (Dylan, 2004). Es el Yo entonces el portador de las imagos parentales principalmente de la madre quien, en Lacan, es la que tiene mayor relevancia en el desarrollo tras ser el primer objeto de deseo, la primera gran idealización para el bebé; así la madre construye de manera referencial al padre, quien será lo que la madre quiera que sea para el niño; puede ser el héroe o el villano, logrando la madre bajo la transmisión de sus propias representaciones que el niño se construya el mundo. Es evidente que la madre al ser un gran referente será la primera publicista, de este modo el Yo identificado con esa imagen especular adoptará posturas de ser en el mundo desde esas primeras representaciones que le hayan sido transmitidas y que pueden ser incluso representacionales patológicas, como en el caso de la denegación o la forclusión donde la madre en simbiosis con el hijo omitirán el mundo externo en predominio psíquico de las fantasías inconscientes.

Esta alienación sobre la cual se basa el Yo es estructuralmente similar a la paranoia, razón por la que Lacan menciona que tiene una estructura paranoica. Para él, el Yo es una formación imaginaria opuesta al sujeto que debe ser producto de lo simbólico, en tanto que es parte esencial del aparato psíquico y éste a su vez es una máquina de hacer ficciones debido a que se compone de un universo representacional. Y que no son las representaciones, sino una re/presentación del mundo, es decir, se vuelve a presentar a manera de imaginación habitado de huellas mnémicas que nos remiten a esas primeras experiencias de satisfacción. Hay sujetos patológicos como los narcisistas, limítrofes de nivel bajo y psicóticos que de manera literal alucinan un mundo alternativo que muy poco se parece al mundo real. Sustituyen el imaginario de la realidad por medidas defensivas primitivas asumiendo un universo intrapsíquico patológico.

Aquí surge la pregunta: ¿qué es el mundo real? Es una instancia regida por el principio de realidad, son alucinaciones consensuadas en las que los "normales" pretenden hacer coincidir sus re/presentaciones, llegando con ello a la "normalidad" que unas cuantas

personas pretenden que los demás asuman. Bajo este esquema, el Yo es una entidad que por imagen especular ha atentado contra lo simbólico en afán de acceder a una imagen especular construida por los otros y que regida por esos otros buscará alienar al sujeto y transformarlo en su semejante, el Yo entonces no será auténtico, puesto que es una entidad formada por vestigios de las proyecciones e identificaciones proyectivas de sus objetos; es una entidad reflejada. Quien no crea en esto que asome su cabeza por la ventana y que observe a las personas de la sociedad contemporánea llevadas por el marketing y la globalización que han creado seres sin identidad ni identificación que conforman las patologías imperantes. Entonces unos cuantos construyen discursos de dominación desde donde nos cuentan historias distorsionadas de la realidad, como en el caso de los políticos y su pretensión de una reforma energética y otras reformas como la educativa y fiscal que, a base de percepciones y visiones fantaseadas de una aparente mejoría del país o promesas de mejoría en la seguridad pública, caen en el absurdo por su contradicción. Tenemos entonces múltiples realidades, una de ellas, y la que pretende dominar a las demás, es la que se construye desde una posición de poder, que se ejerce desde las instituciones y prácticas gubernamentales quienes dan cifras de aparentes obras y mejoras sociales, pero esta realidad es ilusoria, esas cifras sólo minimizan y restan valor a lo que ocurre realmente con la pretensión de preservar la alienación sobre la sociedad.

Por lo tanto, el Yo en la actualidad ya no sólo es vuleado por el Ello y Superyó, sino que el principio de realidad también se suma a las abrumadoras cargas hacia el Yo, dejándolo aún más vulnerado, y a merced de las promesas del marketing, los aparatos ideológicos propuestos por el gobierno y las empresas que crean las ficciones figurativas en afán de vulnerar al Yo.

Bibliografía

Dylan, E. (2004). Diccionario Lacaniano. Buenos Aires: Paidós.

Freud, S. (2006). El Yo y el Ello (1923), en Obras completas (volumen XIX). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (2006). Nuevas conferencias de introducción al psicoanálisis (1932-1933), Conferencia 31 y 33, en Obras completas (volumen XXII). Buenos Aires: Amorrortu.

Laplanche, J. y B. Pontalis (2004). Diccionario de Psicoanálisis. Buenos Aires: Paidós.

Libertad en la era digital

Dr. Luis Tamayo⁷

Resumen

Es un lugar común encontrarse con documentos que, al referirse al vínculo entre la libertad y la Internet, versan acerca de la importancia de su defensa o de su censura y, en ambos casos, confunden el concepto de libertad con el de *liberum arbitrium*, mostrando una incompreensión del brillante análisis del asunto realizado por Sartre, Heidegger, Lacan y, desde hace siglos, el zen. En este ensayo revisaremos la manera de cómo puede comprenderse la idea de la libertad en la era digital, pues permite apreciar la enorme importancia que tienen las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la sociedad presente y futura.

Palabras clave

Libertad, Liberum arbitrium, Internet, Civilización.

Introducción

J'ai vous ai indiqué [...] le caractère profondément délirant du discours de la liberté.

*J. Lacan*⁸

Hablar de libertad en este mundo objetivo de limitaciones omnipresentes es una tontería.

*D. T. Suzuki*⁹

La ética se entiende como el esfuerzo crítico por construir la libertad de todos.

*R. Capurro*¹⁰

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)¹¹ constituyen, como lo indican múltiples estudios, una herramienta polémica. Así como son “maravillosas” para establecer vínculos entre los muy alejados, impulsan movimientos democráticos (como los recientemente ocurridos en Oriente medio) y ofrecen información de la calidad de la Wikipedia (la mejor enciclopedia jamás escrita en la historia humana por la infinidad de autores continuamente vigilados y corregidos por sus respectivas comunidades científicas), las TIC, señalan otros, también pueden ser “dañinas” porque separan y aíslan a los integrantes de las familias, a los habitantes de las urbes, enaje-

nándolos. A la vez, también se manifiestan, las TIC son “loables” pues proporcionan el suelo conceptual común al otro (eso que Enrique Pichon-Rivière denominaba el “Esquema Conceptual Referencial y Operativo”)¹² y, de tal manera, permiten establecer vínculos interpersonales. La polaridad de las opiniones sobre las TIC ocasiona que los gobiernos de algunos estados las controlen (o pretendan hacerlo), limitando, con ello, el libre acceso de los usuarios.

Dicha polarización, sin embargo (como intentaremos mostrar en el presente ensayo) descansa en un falso dilema: en la confusión entre el *liberum arbitrium* y la libertad. Aclarar la cuestión nos permitirá apreciar con mayor claridad la naturaleza e importancia de las TIC en la construcción de la civilización venidera.

La libertad en la filosofía

Jorge Riechmann, en su ensayo “¿Cómo cambiar hacia sociedades sostenibles? Reflexiones sobre biomimesis y autolimitación”,¹³ plantea cuatro principios básicos para una sociedad que pretenda sobrevivir a la crisis que en las próximas décadas generará el Calentamiento Global Antropogénico y el fin de la era del petróleo barato: gestión generalizada de la demanda (autolimitación), biomimesis, ecoeficiencia y precacución. Desde nuestro punto de vista, las TIC constituyen, por su accesibilidad y rapidez, elementos clave del tercer elemento, la ecoeficiencia.

Por su relativamente libre acceso y producción conforman, asimismo, un elemento generador de estructuras democráticas; fomentan la existencia de un mundo igualitario donde la información fluye de manera generalizada y casi sin limitaciones, lo cual es considerado muy peligroso para el statu quo.

Las TIC, por todo ello, constituyen un elemento clave de la libertad humana. Pero, en nuestros días, la idea de *libertad* está totalmente confundida con la de *libre albedrío* y eso conduce a inconsistencias realmente graves. Por ello, para aclarar el asunto, es menester diferenciar claramente lo que se entiende por libertad y por libre albedrío.

7. L. Dr. en Filosofía. Miembro de la Martin-Heidegger Gesellschaft, de la Unión de Científicos Comprometidos con la Sociedad y presidente de la Academia de Ciencias Sociales y Humanidades del Estado de Morelos. Actualmente es profesor de TCI del Posgrado en Filosofía del Centro de Investigación y Docencia en Humanidades del Estado de Morelos.

8. “Les he indicado [...] el carácter profundamente delirante del discurso de la libertad”, Lacan, J., *Seminaire Les structures freudiennes des psychoses*, sesión del 15 de febrero de 1956.

9. *Conferencias sobre budismo zen* (Suzuki; Fromm, 1964: 18).

10. Tomado de la entrevista de J. M. Tornero, 9 de abril 2010: <http://jmtornero.wordpress.com/2010/04/09/etica-intercultural-de-la-comunicacion-la-propuesta-de-rafael-capurro/>

11. También denominadas en algunos documentos como “Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación” (NTIC).

12. Pichon-Rivière (1980).

13. Riechmann, 2005: 96.

La libertad no es el libre albedrío

Desde su origen, la idea del *liberum arbitrium* está ligada a la capacidad de decisión. San Agustín sostenía que designaba la posibilidad que tiene el hombre de elegir entre el bien y el mal. Por otro lado, para él, la libertad designaba el estado de bienaventuranza eterna en la cual no se puede pecar. Esta concepción agustiniana fue ratificada por Santo Tomás en la asimilación que hizo del *liberum arbitrium* y la *voluntas*: el hombre podía elegir voluntariamente entre el bien y el mal. Esto condujo a una pregunta obvia: ¿en qué medida dicha elección humana limita la libertad divina? Tal conflicto entre el *liberum arbitrium* y la providencia sólo fue resuelto a medias por Lutero cuando afirmó, en su debate con Erasmo, que dado que la voluntad humana es pequeña y débil y por tanto fácilmente dominada por el demonio, debía apoyarse en la gracia divina para poder alcanzar la bienaventuranza. Es evidente, sin embargo, que tal don anularía la capacidad de elección humana.

La capacidad de elegir ya había sido claramente cuestionado desde el siglo XIV por Jean Buridán en la paradoja que lleva su nombre. Buridán sostenía que si un asno se hallara delante de dos mojonos de heno idénticos en cantidad y calidad, ubicados a la misma distancia y sin tener preferencia por uno u otro lado, al no poseer ningún elemento que le permitiera elegir entre ellos, el pobre animal moriría de hambre. Independientemente de la validez empírica de dicha paradoja, Buridán tuvo la claridad de ubicar las razones de la elección no en el sujeto sino en el objeto. Es el heno, el mayor o más apetitoso, el que obligaría al asno a elegirlo.

Para Buridán es el objeto el que *se hace elegir* por el supuesto “sujeto”, el cual quedaría por ello cuestionado como sujeto, como agente, pues *el objeto sería el agente*, el determinante del acto.

Si a esta crítica del poder electivo del sujeto le sumamos a la que Freud ha hecho a la voluntad humana, es decir, la crítica presente en su afirmación de la existencia del inconsciente como determinante del acto,¹⁴ podemos preguntarnos ¿qué queda entonces de la voluntad libremente electora?

Resumiendo, el *liberum arbitrium* concebido como la supuesta capacidad de una voluntad para elegir (independientemente del objeto o de cualquier otra circunstancia “exterior”), o bien es muy pequeño, o bien es inexistente; lo que domina es el objeto o el inconsciente. Sin embargo, prácticamente toda la discusión acerca de la conveniencia o no de la apertura o regulación de las TIC descansa de la creencia en la existencia de dicho *liberum arbitrium*. A pesar de las inconsistencias antes señaladas, los seres humanos y sus gobiernos consideran que son capaces de elegir acerca de la regulación o no de las TIC, lo cual lleva a situaciones insostenibles. Y todo eso es debido a la confusión, reiterando, entre *liberum arbitrium* y libertad.

Afortunadamente la cortedad del *liberum arbitrium* no afecta en nada a la libertad, entonces ¿qué entendemos por ella?

La libertad como existencial

En nuestros días parece haberse olvidado la luminosidad de la fórmula sartreana que sostiene que “estamos condenados a ser libres”,¹⁵ la cual proviene claramente de las tesis heideggerianas desarrolladas en Ser y tiempo, aquellas donde la libertad es concebida como un existencial, como una cualidad inherente a ese que “soy en cada caso yo mismo” (*el Dasein*)¹⁶ y que se encontraban ya presentes en los orígenes del pensar occidental.

En la Grecia clásica se llamaba *eleuterós* al joven que, una vez alcanzada la madurez sexual, podía incorporarse a su comunidad como un ciudadano responsable. Los autores de las epopeyas griegas nos ofrecieron asimismo una importante precisión al afirmar que si bien era evidente que los héroes aparentemente no eran libres por estar atados a un destino y que sólo los hombres comunes, los que no importaban, eran libres para elegir, *los héroes eran libres “en un sentido superior”*.¹⁷ Esto es así porque los griegos concibieron a la libertad como la conciencia de la necesidad, como la asunción del destino.

Hegel (1987: 53 y ss.) reiterará esta idea en su *Historia de Jesús* al afirmar que los hombres eran libres cuando se “sometían libremente” a la ley divina.

14. Cfr. *Psicopatología de la vida cotidiana*, en Freud, 1976: VI, cap. 12.

15. O, más exactamente, “Estoy condenado a ser libre” [...] “El hombre nace libre, responsable y sin culpa” (Sartre, 1989: 466 y ss.).

16. Heidegger, 1983: 127.

17. Ferrater-Mora, 1981: 1969.

Sin embargo, a pesar de estas luminosas afirmaciones, la enorme mayoría del pensar occidental siguió razonando a la manera kantiana, en la cual se sostiene que si bien en el mundo natural la libertad es imposible (todo está determinado en cadenas causales e infinitas), en el mundo moral la libertad es plena (Kant 1983: 59), una libertad confundida, como indicamos antes, con el libre albedrío.

Freud criticará esa posición al señalar que no es nuestra voluntad la que decide sobre nuestras acciones o deseos, sino una instancia que nos habita y dirige: el inconsciente. Y Lacan, siguiendo el impulso freudiano, sostendrá que la libertad, tal y como es habitualmente entendida –el *liberum arbitrium*–, es simplemente delirante. La cuestión ahora es ¿cómo entender el concepto de libertad después de todas esas críticas?

Desde nuestra perspectiva, fue Heidegger quien logró resolver este problema de la filosofía occidental, en el párrafo 74 de *El ser y el tiempo*.¹⁸

En dicho texto estudia lo que ocurre al *hombre*¹⁹ propio en el momento de “precursar la muerte”, es decir, cuando sufre una experiencia tal que es obligado a reconocer la finitud de su existencia. Para el filósofo, el hombre, en tal situación, presenta un “estado de resuelto” en el cual:

- Sabe que no tiene fundamento, que su vida no tiene un sentido predeterminado.
- Se angustia –pues se le ha presentado la muerte.
- Carece de palabras ensalmadoras –pues

la voz de la conciencia, indica, habla callando.²⁰

Dicho “estado de resuelto” se opone al “estado de perdido” característico del *hombre* impropio que, por negar su finitud, se halla sumergido en la ambigüedad, las habladurías y la avidez de novedades.

El *hombre* propio, al contrario, luego de “precursar la muerte” y enfrentarse a su finitud, se “retrae sobre sí” encontrando una “herencia”, una “tradicición”.

En la medida en que dicho *hombre* asume con claridad su finitud puede entregarse de manera firme a su proyecto. Y es en dicha entrega en lo que consiste su “libertad”: “Sólo el ser en libertad para la muerte da al ‘ser ahí’ su meta pura y simplemente tal y empuja a la existencia hacia la finitud”.²¹

Esta afirmación es exacta, sin la aceptación de la muerte, sin la finitud, no hay proyecto posible. Es el apremio de la muerte advenidera lo que nos obliga a dejar atrás la impropiedad y encaminarnos a realizar nuestro proyecto, ese “destino individual” (*Schicksal*) que es al par “colectivo” en virtud de que somos seres sociales (*Mitsein*: ser “con otro”). Ese destino, indica Heidegger, constituye el “gestarse original del ‘ser ahí’ en el cual el *hombre* se hace “tradicición”, es “libre para la muerte” y “elige” su “posibilidad heredada” sin “ambigüedades”.²²

Concluimos: la libertad, en su sentido original develado por Heidegger, implica asumir la propia tradición, la cual se hace visible cuando reconozco mi finitud. La libertad es “determinada”, porque el acto libre no sólo me incluye a mí sino también al otro y al mundo. Para Heidegger, el mundo y los otros no se encuentran “afuera” sino en un “adentroafuera”. Por ello no

18. Heidegger (1972: 383) sostiene en el pasaje central del párrafo 74 –en la versión de J. Gaos (1983: 414)– de *El ser y el tiempo*: “El ‘estado de resuelto’, en el que el ‘ser ahí’ retrocede hacia sí mismo, abre las posibilidades fácticas del existir propio en el caso partiendo de la ‘herencia’ que toma sobre sí en cuanto yecto. El resuelto retroceder al ‘estado de yecto’ entraña una ‘tradicición’ de posibilidades transmitidas, si bien no necesariamente como transmitidas. Si todo ‘bien’ es hereditario y el carácter de los ‘bienes’ radica en el hacer posible la existencia propia, entonces se constituye en el ‘estado de resuelto’, en cada caso, la tradición de una herencia. Cuanto más propiamente se resuelve el ‘ser ahí’, es decir, se comprende sin ambigüedades partiendo de su más peculiar y señalada posibilidad, en el precursar la muerte, tanto menos equivoco y accidental es el encuentro electivo de la posibilidad de su existencia. El precursar la muerte es lo único que expulsa toda posibilidad accidental y que sólo tiene ‘curso provisional’. Sólo el ser en libertad para la muerte da al ‘ser ahí’ su meta pura y simplemente tal y empuja a la existencia hacia su finitud. La bien asida finitud de la existencia arranca a la multiplicidad sin fin de las primeras posibilidades que se ofrecen, las posibilidades del darse por satisfecho, tomar las cosas a la ligera, rehuir los compromisos, y trae al ‘ser ahí’ a la simplicidad de su ‘destino individual’. Con esta expresión designamos el gestarse original del ‘ser ahí’, gestarse implícito en el ‘estado de resuelto’ propio y en que el ‘ser ahí’ se hace ‘tradicición’ de sí mismo, libre para la muerte, asimismo, en una posibilidad heredada pero, sin embargo, elegida.”

19. O, más correctamente en términos heideggerianos, al *Dasein*, ese que soy en cada caso yo mismo (en tanto sujeto).

20. “Comprender”, “encontrarse” y “habla” son tres existenciales básicos establecidos por Heidegger e indican, respectivamente, la cualidad del *Dasein* de “entender preteóricamente el mundo”, “poseer afectos y reacciones” y “comunicarse”.

21. Heidegger, 1983: 414.

22. Digamos, de paso, que la posición del *Dasein* impropio no lo exime de reiterar su tradición heredada, pero lo hace a pesar suyo y desde la ambigüedad, pues el “estado de perdido” es un esfuerzo, en ocasiones desesperado, de negar la presencia de la muerte, de esa “posibilidad de la imposibilidad” que, sin embargo, tarde o temprano acaece. Ciertamente la voluntad, haciendo un gran esfuerzo, puede oponerse a la posibilidad heredada. Pero ello le permite tan sólo detener momentáneamente el movimiento, no conduce a ninguna otra parte. La voluntad contraria a la posibilidad propia es tan sólo como el dique frágil ante el río profundo y agitado, sólo acumula el agua, no la conduce a otra parte... hasta que la fuerza de la corriente se abre paso.

es posible considerar a la libertad en el sentido de la autonomía respecto a los demás (lo cual la confunde con el libre albedrío).

Para el Heidegger de *El ser y el tiempo*²³ somos libres cuando aceptamos la tradición que nos constituye como proyecto, lo cual es profundamente molesto, para eso fue denominado por Freud el Yo, el cual pretende autonomía e independencia, un Yo megalómano y narcisista que Lacan no puede sino definir como “función de desconocimiento”.²⁴

Es ahora claro que el mayor obstáculo a la comprensión de la concepción heideggeriana de la libertad lo constituye este Yo que cada uno lleva consigo y que es el soporte de sus inefables y autocomplacientes sueños de grandeza.²⁵ Al contrario, si reconozco verdaderamente que formó parte de una comunidad humana y que mis más profundos anhelos provienen de mi vínculo con los otros, estaré en condiciones de –gracias a la experiencia denominada por Heidegger como “precurar la muerte”–, darme cuenta de que todos mis actos son libres.

Como puede apreciarse, tal y como Heidegger indica, la libertad es un existenciario, una cualidad inherente al *hombre*.²⁶ Éste es el suelo ontológico de la frase sartreana: “estamos condenados a ser libres”.

La libertad verdadera y posible incluye al mundo, al otro. Tal es la libertad de un sujeto configurado por su acto, un sujeto que es *Mitsein* e *In-der-Welt-sein*.²⁷ Es esta inclusión del otro y el mundo la que obliga a que el acto libre sea el de una tradición o, como diría Steiner, “del mundo unitario de las ideas”.²⁸ El acto libre nunca es el de un sujeto “solo”, implica la participación de muchos, los cuales son “corresponsables” del mismo.

La verdadera libertad es iluminada

Aunque todo humano es libre (por ser un existenciario), alcanzar dicha libertad de manera consciente, por implicar la unidad con el otro y el mundo, es increíblemente complejo, implica desembarazarse del velo que constituye nuestro yo. Y esto lo sabían perfectamente no sólo Heidegger y Lacan sino los maestros zen, los cuales mostraron brillantemente la inconsistencia de la libertad confundida con el libre albedrío:

La libertad es otro absurdo. Vivo socialmente, en un grupo, lo que limita todos mis movimientos, mentales y físicos. Aun al estar solo no soy libre en absoluto. Tengo toda clase de impulsos, que no siempre están bajo mi control. Algunos impulsos me arrastran a pesar de mí mismo. Mientras vivamos en este mundo limitado no podremos hablar de ser libres ni de hacer lo que queramos. Aun este deseo es algo que no es nuestro. (Suzuki; Fromm, 1964: 17)

Y el Maestro Suzuki también plantea que la dificultad para comprender la verdadera libertad (es decir, la que no está confundida con el libre albedrío) es la necesidad yoica:

La persona es libre cuando no es persona. Es libre cuando se niega y es absorbida por el Todo. Para ser exactos, es libre cuando es ella misma y, sin embargo, no es ella misma. Si no se entiende esta contradicción aparente, no se está calificado para hablar de libertad, ni de responsabilidad ni de espontaneidad. (Suzuki; Fromm, 1964: 18)

“La persona es libre cuando se niega”: esto lo sabía muy bien la mística cristiana y es por eso que el mismo Suzuki encuentra concordancias con San Agustín:

23. Y no sólo en esta obra. En su Schelling y la libertad humana afirmará que “lo más originariamente libre de la libertad” es “aquel extenderse por encima de sí mismo en tanto empuñarse a sí mismo” (Heidegger, 1990b: 189).

24. Lacan, 1973: sesión del 10 de febrero de 1954.

25. De la misma manera, el Yo puede libremente oponerse a su tradición, deteniendo momentáneamente su posibilidad heredada... aunque sólo momentáneamente pues, como indica Sartre: “Oponerse libremente a la tradición heredada no excluye a la libertad” (Sartre, 1989: 466 y ss.). No se puede impedir volver al cauce. La terquedad yoica tan sólo interrumpe. Al contrario, cuando el Yo libremente asiente a su posibilidad heredada se encuentra con su proyecto.

26. Y, entonces... ¿qué ocurre con la esclavitud? El esclavo no es menos libre, elige su yugo, como ya demostró Hegel (1982: 113 y ss.) en su *Dialéctica del señor y el siervo*, reconsiderada por Kojève (1975). Jean Paulhan (1984: 9) nos proporciona un ejemplo histórico: en el año 1838 ocurrió una revuelta en la isla de Barbados, 200 esclavos que habían obtenido su libertad gracias al decreto que abolía la esclavitud, volvieron con su antiguo amo para solicitarle que los volviese a esclavizar, solicitud a la cual éste se negó por temor a la ley. Los esclavos lo mataron. El “amo” no aceptó volver a esclavizar a sus esclavos, por eso lo mataron. Los esclavos libres por decreto se habían enfrentado de golpe con la horrorosa, aunque subjetivamente, experiencia de la libertad.

27. *Mitsein: ser con otros; In-der-Welt-sein: Ser-en-el-mundo* (Heidegger, 1983).

28. Steiner, 1999: 111.

Dice San Agustín: “Ama a Dios y haz lo que quieras”. Esto corresponde al poema de Bunan, el Maestro Zen del siglo XVII:

*Mientras vivas
sé un hombre muerto,
absolutamente muerto;
y haz lo que quieras,
y todo está bien.*

Amar a Dios es no tener yo, no tener consciencia, convertirse en un hombre muerto, liberarse de las motivaciones restrictivas de la consciencia. (Suzuki; Fromm, 1964: 25)

Todo acto es libre –pues deriva de la unidad hombre-mundo y por tal razón la voluntad lo vive como una condena, como un ultraje a su potencia–, pero de manera inconsciente. Alcanzar el acto libre de manera consciente implica, indica Suzuki, el método zen:

El método zen consiste en penetrar directamente en el objeto mismo y verlo, como si dijéramos, desde dentro. Conocer la flor es convertirse en la flor, ser la flor, florecer como la flor y gozar de la luz del sol y de la lluvia. Cuando se hace esto, la flor me habla y conozco todos sus secretos, todas sus alegrías, todos sus sufrimientos, es decir, toda su vida vibrando dentro de sí misma. (Suzuki; Fromm, 1964: 20)

Un buen ejemplo de ello lo brinda Hermann Herrigel en su libro *El zen en el arte del tiro con arco* (1989). En ese texto nos narra que, en una ocasión en la que lo invitaron a dictar un curso de Filosofía occidental en Kyoto, Japón, decidió aprovechar el viaje para aprender sobre el zen. Para tal efecto se acercó a un monasterio y solicitó ser admitido. La respuesta del maestro zen fue simplemente: ¡pero si usted no es japonés!, lo cual no amilanó a Herrigel, quien insistió en su anhelo, por lo que el maestro le dijo: “De acuerdo, venga, pero lo único que le puedo ofrecer es permitir que asista a los cursos de florería zen, de ceremonia del té, de equitación o de tiro con arco”, ante lo cual Herrigel aceptó el último por considerarlo “varonil” y no tan peligroso como el previo.

Entonces, y durante largos años, lanzó una flecha con los peculiares arcos zen a un blanco determinado, recibiendo, constantemente, la censura de su maestro: “No, no, así no, no, no”... día tras día, mes tras mes,

año tras año. Hasta que, luego de varios años de práctica, el maestro, luego de un tiro cualquiera, se le acercó y le dijo: “¡Vaya!, ¡bravo!, ¡ya era hora!”. Y Herrigel cuenta que, desgraciadamente... ¡no se había dado cuenta de lo que había hecho! Cuando intentó repetirlo el maestro volvió a su cotidiano: “No, no, así no, ¿qué no entendiste?”. Pasaron muchos años antes de que se diera cuenta de que su error estribaba en su pensamiento, en su creencia de que era él el que arrojaba la flecha en esa escisión metafísica tan propia de Occidente. Los arqueros zen nunca fallan porque ellos son la flecha y el blanco. Y eso es lo que él había logrado en esa rara ocasión. El obstáculo era, como puede apreciarse, su narcisismo, esa manera de concebir el mundo que lo hacía creerse autónomo, independiente.

Para el racional de Occidente, dejar de lado el pensamiento, la voluntad, es verdaderamente complejo. Y ello impide alcanzar de manera consciente la verdadera libertad, ésa a la que apuntaron Heidegger y Lacan y, desde hace siglos, lograban los maestros zen gracias a un método que implica la unidad con el mundo: “meterse en la cosa, sentirla interiormente y vivir su vida” (Suzuki; Fromm, 1964: 22). Como puede claramente apreciarse, el budismo zen había comprendido perfectamente que el acto libre no es el de un sujeto “solo”, sino que incluye al otro y al mundo. Y eso tenemos que saberlo claramente cuando pretendemos ponernos a regular a las TIC, operación que es mucho más compleja de lo que parece. Y para comprenderlo bien tenemos que entender lo que ocurre con la libertad en nuestros días.

La libertad al fin de la era de la exuberancia

William R. Catton, fundador de la sociología ambiental, cita en el prólogo a su libro *Rebasados* (2010), a Stewart L. Udall, el secretario del Interior de los Estados Unidos de 1960 a 1969, quien reconoce que, durante su gestión, creían haber alcanzado el paraíso terrenal gracias a la tecnología: “estábamos seguros de que, tarde o temprano, un descubrimiento técnico haría posible transformar todos los desiertos del mundo en jardines irrigados”. Y continúa: “Es fácil establecer la fecha exacta en la que nuestra euforia alcanzó su cenit. Fue aquella semana de junio cuando los astronautas caminaron sobre la luna”. Es por ello

que el propio Catton considera a su generación –la de los sobrevivientes de la Segunda Guerra Mundial, la de la comodidad tecnológica y, poco después, la de las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación– “la generación más afortunada”.

Desgraciadamente, esa fortuna, nos indica Udall, pronto llegó a su término:

Esta unión de cincuenta estados, junto con todas las otras naciones sobre este planeta, están *gravemente en peligro* debido a todo nuestro progreso tecnológico pasado, nuestro crecimiento poblacional y económico, y lo que estos orgullosos logros han causado a la biosfera, de la que somos miembros inevitablemente dependientes.

Esa época afortunada, denominada por Catton como la “Era de la exuberancia”, comienza a llegar a su término y hemos empezado a vivir en la era de las consecuencias, en la “Sociedad del riesgo” (Beck, 1998). Nuestro planeta comienza a ser azotado por una catástrofe ambiental sin precedentes derivada del calentamiento global y el agotamiento de los recursos naturales.

Nuestro mundo se cubre de una cantidad creciente de monstruos, del gas mostaza a la bomba atómica, del uncel a las dioxinas, de los pesticidas y herbicidas inorgánicos a los Organismos Genéticamente Modificados (OGM) de los contaminantes, procedimientos para extraer petróleo a las, aún peores, grandes mineras de oro y plata modernas. Nuestra naturaleza se ha convertido en un depósito de cantidades cada vez mayores de productos que los ecosistemas simplemente no pueden digerir, enfermando prácticamente a todas las especies de la tierra. Y muchos de nuestros científicos, tecnólogos y humanistas se volvieron cómplices de la destrucción del mundo orquestada por las grandes corporaciones ecocidas, ésas que no se preocupan por la humanidad (pues no forman parte de ella) sino solamente por generar ganancias a sus inhumanos accionistas.

Las corporaciones transnacionales florecen donde el neoliberalismo se impone, dominando no sólo el mercado, sino la vida de los hombres. El neoliberalismo hace a tales corporaciones hiperpotentes y, a pesar de ello, ciegas, pues generalmente carecen de visión

de largo plazo. Eso es así pues la ganancia económica (su razón de ser) raramente es de largo plazo. Y dividen al mundo en pobres (la enorme mayoría de los humanos: el 99%, según el movimiento de los indignados que ocuparon en 2011 las plazas de Nueva York, Madrid y Londres) y ricos (los accionistas de las corporaciones), incrementando la desigualdad. Y, en tal proceso, hasta los nombres se modifican: la madre tierra se convierte en “sustrato”; la explotación desmedida en “producción”, las catástrofes derivadas de nuestra depredación son llamadas “naturales” y las especies hermanas que no son aprovechables por la industria (sean animales o vegetales) son consideradas cosas inútiles y por ende soslayables. Y el resto de los ciudadanos nos hacemos cómplices de tales errores al entrar al juego y acomodarnos al consumir los degradados productos que las corporaciones ofertan.

En nuestra época, la mayoría de los seres humanos encuentran el sentido de su vida en el consumo, en el “tener” y ya no en el “ser” (y de eso no escapan las TIC por la gran cantidad de gadgets que utilizan). En la era de la exuberancia la enorme cantidad de bienes que se ofertan a la mayoría de los ciudadanos, al menos en las naciones “desarrolladas”, han permitido a los humanos dejar atrás la vida de trabajo constante de las eras antiguas, en las cuales, para sobrevivir, debían trabajar todo el día, todos los días y sólo podían tener ocio (*scholé*) los más ricos y poderosos. En esas épocas los pocos momentos de ocio que tenían los humanos eran dedicados a la vida religiosa, comunitaria (*religio*). Sin embargo, como todos sabemos, la revolución industrial, con sus eficientes máquinas y líneas de producción en serie abrió la posibilidad de que muchísimos humanos abandonaran las tareas del campo y se incorporaran a la vida urbana, donde sus hijos podían, gracias al ocio recuperado, asistir a la escuela.

En la época moderna el ocio ya no sólo se ocupa, por ende, a la vida religiosa. Décadas después, con la irrupción de la revolución tecnológica avanzada, cuyos procesos productivos se logran ya no con carbón y máquinas de vapor, sino con hidrocarburos y energía nuclear, el panorama dio un vuelco: el ocio ya no sólo se ocupa en religión y enseñanza sino también —y fundamentalmente— en entretenimiento: los

mass media electrónicos posibilitan la emergencia de un ser humano cuya vida ya no gira alrededor del *negocio* sino del *ocio*: se vive para obtener dinero y comprar cosas, para mirar la televisión, para poder ir de vacaciones.

En este panorama la enorme mayoría de los seres humanos se pierden y se acomodan. En el fin de la era de la exuberancia viven enajenados sin siquiera darse cuenta de lo manipulados que son, sin darse cuenta de que les dan de comer productos que poco a poco los enferman, de que sus propios anhelos y necesidades han sido diseñados por los mercadólogos de las grandes corporaciones. Sólo unos cuantos habitantes de la tierra, los más brillantes, comienzan a sentirse incómodos y perdidos... ¿Cuál es el sentido de la vida? ¿Hacia dónde encaminar los esfuerzos? ¿Vale la pena una vida hundida en el sillón frente a la televisión o la computadora?²⁹ Y muchos de ellos, desgraciadamente, nunca alcanzan a comprender el sentido de su vida, nunca alcanzan a completar la mirada de la totalidad (la unidad con el otro y el mundo antes descrita) que dicha comprensión requiere. Al respecto indica el filósofo Rodolfo Santander:

Mediante la división del trabajo la sociedad industrial busca obtener sus objetivos de rendimiento y eficacia. Por esta razón la división del trabajo es algo deliberadamente querido por la sociedad capitalista, como en su momento también lo fue por la organización económica del socialismo real. En aras de este rendimiento y de esta eficacia, los efectos y las consecuencias de lo que se produce se vuelven invisibles para el productor. Como todo el mundo se ocupa sólo con una parte de la producción total para aumentar la productividad y la eficacia, nadie sabe de esos efectos y de esas consecuencias, y nadie se pregunta –ni debe preguntar– por ellos. [...] Hay que admitir que la empresa crea un hombre “instrumentalizado”, un hombre inconsciente de los fines, conformista y sin consciencia moral. Y no debe extrañarnos que aquellos que llevaron a cabo la solución final o construyeron bombas atómicas y hoy construyen centrales nucleares sean hombres del tipo instrumentalizado. [...] En las condiciones de existencia creadas por la sociedad industrial, entonces, el conjunto, la totalidad se vuelve invisible. (Santander, 2011: 134-135)

Y la tesis de la invisibilidad de la totalidad es válida no sólo para los procesos productivos, también lo es

para la producción científica, la vida universitaria y la cotidiana.

Lograr encontrar el sentido de la propia vida,³⁰ la “libertad de todos”, de la cual nos habla Rafael Capurro, es tan urgente ahora como hace mil años, y la manera de alcanzarlo pasa por el enorme esfuerzo de adquirir una mirada de la totalidad, del propio momento histórico y del mundo que nos es consustancial.

Las TIC: entre la enajenación y la convivencia

Es bien conocido que el filósofo Martin Heidegger realizó, en los últimos años de su vida, una aguda crítica al mundo de la técnica que en esos años emergía. En un ensayo de 1953 titulado “Das Gestell” (La instalación), denunciaba la amenaza que significaba la agroindustria (comparándola incluso con los campos de exterminio nazis o la bomba de hidrógeno),³¹ denuncia que ha sido actualmente corroborada por el presidente de Cancer Panel de los Estados Unidos, quien indicó, en su informe de 2010, que la agricultura convencional, la que usa pesticidas y herbicidas, es cancerígena;³² en otros ensayos Heidegger indicaba que la radio, una incipiente TIC, podría cambiar al hombre mismo de manera insospechada al acercarle eventos que de otra manera le serían inaccesibles.

Ese futuro que Heidegger auguraba es para nosotros la realidad cotidiana. Viajes que hace algunos siglos requerirían meses ahora se realizan en unas cuantas horas. Asimismo, en cuestión de segundos, gracias a la Internet, podemos conocer lo que ocurre en los confines del mundo. Comunidades antes muy alejadas pueden comunicarse gracias a la tecnología satelital. Como bien indican los especialistas en las TIC, la Internet “acercas a los que están lejos y aleja a los que están cerca”. Y eso es exacto. Las TIC tienen una doble cara: son maravillosas para establecer vínculos entre los muy alejados, pero también separan y aíslan a los vecinos, haciéndolos más fáciles de manipular. Pueden fomentar la pérdida de ciudadanía, ya que al aislarse los hacen pasar de “mayoría silenciosa” a claramente “muda”.

En la actualidad tenemos jóvenes, e incluso niños, que son adictos a los videojuegos y a las redes so-

29. Como puede apreciarse, aquí las TIC son, claramente, potenciadoras de la enajenación. Afortunadamente, como veremos, ésa no es su única posibilidad.

30. Lo cual implica, no lo olvidemos, aceptar mi lugar en mi comunidad y mi tiempo, con el otro y el mundo.

31. Martin Heidegger, *Das Gestell* (1967), citado por Volpi, F., Gnoli., 2009: 67.

32. Informe del President's Cancer Panel (2010), dirigido por el Dr. LaSalle Leffall, oncólogo de la Howard University, y por la Dra. Margaret Kripke, inmunóloga del M.D. Anderson Cancer de Houston.

ciales; tenemos adultos para quienes es más importante su “*Second life*” o su compañera virtual que lo que ocurre en su vida real. Y tales adicciones son tan difíciles de curar como las otras. Las adicciones derivadas de las TIC parasitan la vida de los atrapados por ellas (afortunadamente no todos los usuarios, pues con tales drogas ocurre lo mismo que con las demás, no todos los usuarios se hacen adictos) y es por eso que los gobiernos reaccionan intentando censurarlas. Las TIC sufren ahora el acoso que antes tuvieron los libros (recordemos el *Index librorum prohibitorum*), los periódicos, la radio y la televisión, cuando supuestamente atentaban contra la moral y las “buenas costumbres”, es decir, las de los poderosos, y muchos gobiernos censuran, o intentan censurar, sus contenidos.

Afortunadamente, tales esfuerzos censuradores tienen poco éxito pues las TIC representan un movimiento instituyente –para recordar los términos del sociólogo Rene Lourau– que está cambiando a las sociedades. Pero eso no las hace perfectas. Las TIC, tan florecientes en el ámbito educativo, por el hecho de que sólo pueden presentar información, sólo constituyen la mitad de la educación. La verdadera formación no puede basarse solamente en eso pues el cambio profundo, el aprendizaje significativo, el encuentro con el sentido de la vida –en la real, no en la fantasiosa “*Second life*”– implica el vínculo directo con el otro y el mundo, lo cual no lo logran unas TIC que están diseñadas para transmitir *información*, no para generar *formación*.

Así como debemos ser capaces de curar a los nuevos adictos, también debemos ser capaces de usar las TIC con responsabilidad, así como hacemos con las drogas o el alcohol, debería hacerse, opinan muchos especialistas, con las otras. Las TIC constituyen una herramienta que si se usa correctamente y reconocen sus virtudes y limitaciones, puede proporcionarnos el suelo conceptual común al otro y, a la vez, permitirnos, posteriormente, establecer vínculos y diálogos ya no sólo *virtuales* sino *reales* para mejorar nuestras sociedades.

La fórmula heideggeriana: “Pero ahí donde está el peligro también crece lo que salva” (*Wo aber das Gefahr ist, wächst das rettende auch*),³³ se aplica perfecta-

mente a las TIC: a la vez que, al aislarnos, favorecen la enajenación y la pérdida de ciudadanía, si se usan responsablemente también pueden ser un magnífico estímulo para la convivialidad y la construcción social democrática y respetuosa de la cultura del otro.

¿Regular las TIC?

A partir de lo anterior podemos volver a la pregunta acerca de si vale o no la pena regular las TIC, cuestión que puede ser reflexionada con el apoyo de la ontología heideggeriana.

En el parágrafo 26 de *Ser y tiempo*, Heidegger sostiene la existencia de dos maneras de “procurar por” (*Fürsorge*) otro: la dominadora y la liberadora:

Por lo que respecta a sus modos positivos, tiene el “procurar por” dos posibilidades extremas. Puede quitarle al otro su “cura”, por decirlo así, poniéndose en su lugar, sustituyéndose a él, en el “curarse de” [...] En semejante “procurar por” puede el otro convertirse en dependiente y dominado.³⁴

Y en contraposición:

Frente a él hay la posibilidad de un “procurar por” que no tanto se sustituye al otro, cuanto se le anticipa en su “poder ser” existencial, [...] Este “procurar por” [...] ayuda al otro a “ver a través” de su “cura” y quedar en libertad para ella.³⁵

Es decir que, por ejemplo, el maestro, en tanto “procura por” sus alumnos, puede hacerlo o de manera dominadora (obligando a sus alumnos a hacer las cosas tal y como él indica) o liberadora, permitiéndoles encontrar su propio sendero.

Una magnífica ilustración de “procurar por” liberador lo encontramos en el imperativo que dirige Heidegger a Hannah Arendt: *voló ut sis!* (¡Quiero que seas!). Esa fórmula, considerada el modelo del amor, no pretende dominar al otro (es decir: “quiero que seas de una manera determinada”), sino solamente “quiero que seas” (en otras palabras: lo que debas, lo que puedas ser).

Pretender un “procurar por” dominador de las TIC por

33. Heidegger, M., *Das Gestell* (1967), citado por Volpi, F.; Gnoli, A., 2009: 67.

34. *Die Fürsorge hat hinsichtlich ihrer positiven Modi zwei extreme Möglichkeiten. Sie kann dem Anderen die “Sorge” gleichsam abnehmen und im Besorgen sich an seine Stelle setzen, für ihn einspringen. [...] In solcher Fürsorge kann der Andere zum Abhängigen und Beherrschten werden [...]. Ser y tiempo, p. 138, Sein und Zeit, s. 122.*

35. *Ihr gegenüber besteht die Möglichkeit einer Fürsorge, die für den Anderen nicht so sehr einspringt, als dass sie ihm in seinem existenziellen Sinkkönnen vorausspringt [...]. Diese Fürsorge [...] verhilft dem Anderen dazu, in seiner Sorge sich durchsichtig und für sie frei zu werden. Ser y tiempo, p. 138, Sein und Zeit, s. 122.*

parte de los gobiernos es vano pues no puede hacerlo sin dañar gravemente otras libertades. La vigilancia en su uso, en el caso de los menores, es estrictamente de competencia familiar. Los “ciudadanos en formación” (los niños y jóvenes, los cuales pueden “impresionarse” o ser “incorrectamente estimulados” por algunas imágenes o contenidos) ciertamente merecen que les sea regulado, en el curso de su “proceso de socialización”, el acceso a las TIC, pero dicho control no puede provenir del gobierno. Corresponde a las familias y las escuelas esa vigilancia, ese control.³⁶ Sólo ellas pueden, además, hacerlo de manera efectiva y, obviamente, nada más antes de alcanzar la plena ciudadanía. Cuando los gobiernos controlan (o intentan hacerlo, pues siempre hay fugas) las TIC, sólo lastiman al tejido social y producen sociedades con una calidad de vida muy degradada y creciente malestar social.

En una sociedad donde imperara la libertad en el sentido descrito por Heidegger y el zen, es decir, donde el respeto al otro imperara, gracias al reconocimiento de la unidad yo-otro-mundo, el simple anhelo de controlar a las TIC, se reconocería absurdo.

Conclusiones

En su estudio, *Auschwitz. Hitler precursor del siglo XXI*, Carl Amery (2002) nos plantea un escenario apocalíptico que puede ocurrir a la humanidad desde mediados del siglo en el que nos encontramos: ante la cada vez más evidente limitación de los recursos de la tierra para la satisfacción de las necesidades básicas de una humanidad que, como claramente expresó el Dr. Albert Bartlett, crece exponencialmente,³⁷ las naciones ricas (y los segmentos ricos de las naciones pobres) comenzarán a apropiarse de tales recursos e iniciar una eugenesia como la que los nazis practicaron contra los no arios, una especie de “doctrina del shock” a escala global (Klein, 2007). Se establecerían, entonces, a lo largo y ancho del planeta, sociedades claramente jerarquizadas y vigiladas en las cuales una pequeña sección de seres humanos continuaría conservando el estilo de vida ecocida propio de la mayoría de los habitantes de las

naciones ricas de nuestros días y el resto, la enorme mayoría, viviría prácticamente esclavizada. *El mundo feliz (Brave New World)* de Huxley es el mejor panorama ante tal situación, los peores son el 1984 de Orwell o la sociedad desgarrada descrita por George Miller en su filme *Mad Max* (1979) o por Harry Harrison en su *¡Hagan sitio! ¡Hagan sitio!* (1966), fuente del filme *Soylent Green* de Richard Fleischer.³⁸

Ante tan oscuros escenarios, las TIC ofrecen, gracias a su elevada ecoeficiencia, la posibilidad de conservar e incrementar los niveles actuales de información y vinculación humanas. Por su accesibilidad, son instrumentos de fomento de la igualdad y la democracia y, por ende, de construcción social.

Además, como en el fin de la era de la exuberancia el campo se vaciará y las ciudades se sobrepoblarán a un ritmo increíble,³⁹ las TIC, por su capacidad para convertir a la más sencilla biblioteca del pueblo más alejado en la Biblioteca del Congreso de los Estados Unidos gracias a la Internet (si se preserva adecuadamente esa enciclopedia), pueden constituir una valiosa herramienta para la transferencia tecnológica pues ayudarán a minimizar la emigración a las grandes ciudades, favoreciendo la convivencia.

Las TIC pueden llegar a ser una importante herramienta del hombre que, en unidad con el otro y el mundo, es libre y responsable. Pueden llegar a ser el instrumento de comunicación de la civilización de los sobrevivientes a la crisis que generará el calentamiento global antropogénico, el Fin de la era del petróleo barato y los shocks económico-políticos que, como indican Amery (2002) y Klein (2007), orquestrarán las naciones militarmente más poderosas de la tierra contra las demás.

Si la humanidad logra continuar manteniendo el libre acceso a la web y la libre asociación que posibilita, además de los otros factores señalados por el Dr. Riechmann –biomimesis, ecoeficiencia, autolimitación y precaución–, así como por el Dr. Santander (comprensión de la totalidad), el Dr. Bartlett (comprensión de la función exponencial) y Heidegger (uni-

36. La historia de ese control merecería un estudio aparte pues las familias, dependiendo de las ideologías y tradiciones dominantes, han vigilado y controlado, a lo largo de la historia humana, no sólo el uso de las sustancias (las drogas permitidas y las ilegales) sino el cuerpo mismo (la masturbación, los “modales” o “maneras de mesa”), las lecturas, el acceso a la pornografía y, por supuesto, a las TIC.

37. El Dr. Albert A. Bartlett, profesor emérito de la Universidad de Colorado en Boulder, en su libro *The Essential Exponential! For the futur of our planet* (2004), indica: “The greatest shortcoming of the human race is our inability to understand variable rate compound interest” (La mayor falla de la raza humana es su inhabilidad para entender la tasa variable de interés compuesto): es decir, nuestra incapacidad para entender la función exponencial. Y ello no puede ser más cierto. La exponencial aplicada a la demografía muestra de manera perfectamente clara cómo se genera, hacia el final de la curva, un descomunal crecimiento poblacional, así como, en la exponencial inversa, el drástico decrecimiento de los energéticos y demás recursos de la tierra.

38. Nombrada en México Cuando el destino nos alcance.

39. Según Stewart Brand (2009), para el 2050 el 80% de la población humana será urbana pues, en la actualidad, 1 millón 300 mil personas emigran semanalmente del campo a las ciudades.

dad con el otro y el mundo) quizá podamos soñar con una sociedad que sobreviva a la catástrofe venidera y, con el apoyo de las TIC, se proyecte hacia un futuro mejor.

Bibliografía

Amery, C. (2002). *Auschwitz, ¿comienza el siglo XXI? Hitler como precursor*. Turner.

Bartlett, A. (2004). *The Essential Exponential! For the future of our planet*. Nebraska: University of Nebraska.

Beck, U. (1998). *La sociedad del riesgo*. Buenos Aires: Paidós.

Brand, S. (2009). *Whole Earth Discipline*. Reino Unido: Atlantic Books.

Brauch, H.-G. (Hrsg.) (1996) *Klimapolitik*, Berlín-Heidelberg: Springer.

Brauch, H.-G. y Scheffran, J. "Climate change, Human security and Violent conflict in the antropocene", en Scheffran, Brsozka, Brauch, Link, Schilling (eds.) (2012), *Climate change, Human security and Violent conflict*. Berlín-Heidelberg: Springer.

Capurro, R. (1986). *Hermeneutik der Fachinformation*. Freiburg-München: AlberVerlag.

Catton, W. (2010). *Rebasados*. México: Océano.

Ferrater-Mora, J. (1981). *Diccionario de Filosofía*. Madrid: Alianza Universidad.

Freud, S. (1976). "Psicopatología de la vida cotidiana", en *Obras completas (vol. VI)*. Buenos Aires: Amorrortu.

Guerreschi, C. (2007). *Las nuevas adicciones*. México: Lumen.

Harrison, H. (1966). *¡Hagan sitio! ¡Hagan sitio!*. Barcelona: Acervo.

Heidegger, M. (1983). *Ser y tiempo*. México: Fondo de Cultura Económica.

Heidegger, M. (1990). *Schelling y la libertad humana*. Venezuela: Monte Ávila.

Hegel, G.W.F. (1987). *Historia de Jesús*. Madrid: Taurus.

Herrigel, H. (1989). *El zen en el arte del tiro con arco*. Buenos Aires: Kier.

Holmgreen, David (2006, noviembre). "Integrating Climate Change and Peak Oil Scenarios". *Energy Bulletin*.

Illich, I. (1985). *La convivencialidad*. México: Joaquín Mortiz-Planeta.

Jullien, F. (1995). *Le détour et l'accès*. París: Grasset.

Kant, I. (1983). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres. La paz perpetua*. México: Porrúa.

Klein, N. (2007). *La doctrina del shock*. Barcelona: Paidós.

Kojève, A. (1975). *La dialéctica del amo y el esclavo en Hegel*. Buenos Aires: La Pléyade.

Lacan, J. (1973). *Seminare Les écrits techniques de Freud (1953-1954)*. París: Seuil.

Latouche, S. (2004). *La mégamachine*. París: La Découverte-MAUSS.

Latouche, S. (2007). *Petit traité de la décroissance sereine*. París: Fayard.

- Lourau, R. (1974). *Claves de la sociología*. Barcelona: Laia.
- Meadows, D., Randers, J. y Meadows, D. (2006). *Los límites del crecimiento: 30 años después*. Barcelona: Galaxia Gutenberg.
- Oswald, U. y Hernández, M. de L. (2005). *El valor del agua*. México: El Colegio de Tlaxcala-Conacyt.
- Paulhan, Jean (1984). "La dicha de la esclavitud", prólogo a Réague, P., *Historia de O*. Barcelona: La Sonrisa Vertical.
- Pichón-Rivière, E. (1987). *El proceso grupal*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- President Cancer Panel (2010), "Reducing environmental cancer risk" (Annual Report 2008-2009), Washington, D.C.: Department of Health and Human Services-National Institutes of Health-National Cancer Institute.
- Riechmann, J. (2000). *Un mundo vulnerable*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- Riechmann, J. (2005). "¿Cómo cambiar hacia sociedades sostenibles? Reflexiones sobre biomimesis y autolimitación", *Isegoría* 32. España: Instituto de Filosofía, Consejo Superior de Investigaciones Científicas.
- Riechmann, J. (2006). *Biomimesis*. Madrid: Los Libros de la Catarata.
- San Agustín (1966). *Confesiones*. México: Latinoamericana.
- Santander, R. (2011). *Técnica planetaria y nihilismo*. México: Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.
- Sartre, J.-P. (1989). *El ser y la nada*. México: Alianza Universidad-Losada.
- Steiner, R. (1999). *Filosofía de la libertad*. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.
- Suzuki, D. T. y Fromm, E. (1964). *Budismo zen y psicoanálisis*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Tamayo, L. (2010). *La locura ecocida*. Fontamara.
- Toledo, V. y Barrera-Bassols, N. (2008). *La memoria biocultural*. México: Icaria.
- Volpi, F., Gnoli (2009). *El último chamán, conversaciones sobre Heidegger*. México: Los Libros de Homero, Leviatán.
- Young, K. S. (1996, 11 de agosto). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*, 104th Annual Meeting of the American Psychological Association. Toronto.

Artículos

El acompañante incondicional. Una visión psicoanalítica.

María del Pilar Pérez⁴⁰

Segunda parte⁴¹

*A donde quiera que en el sueño me volvía,
Doquiera que la muerte ansiaba,
Doquiera que pisaba el suelo,
En mi camino se sentaba a mi lado
Un sujeto desdichado, de negras vestiduras,
En quien hallaba fraternal semejanza.*

Musset

Introducción a la segunda parte del artículo "Acompañante incondicional"

Este artículo es producto de la inquietud de la autora que se ha interesado en el estudio del fenómeno que resulta de una división independiente y visible del Yo (sombra, reflejo), descrito en numerosas obras de la literatura: Oscar Wilde con *El retrato de Dorian Grey*, el cuento de *Blancanieves, Tristán e Isolda*, entre otros. Estos dobles, como Otto Rank los denominó, son calcas que tienen un papel protagónico en el drama de la vida de los principales personajes creados en ésta. Los hechos psicológicos muestran los problemas de la relación del hombre consigo mismo y la perturbación de dicha relación y que encuentra una representación imaginaria. Para Otto Rank será lo que se denominó "el doble"; para Bion (1996), "el mellizo imaginario".

Es importante el análisis en busca de huellas que dejen su marca en el Yo, apegado a una nueva representación o impulsado por ella, y que queda expresado en una forma de lenguaje imaginativo.

Con todo lo anterior, se analiza a partir de la concepción de los autores anteriormente mencionados, y con un enfoque psicoanalítico amplio se intenta hacer una integración de los conceptos que están basados en los diferentes estados mentales que coexisten en un ser humano.

Como ya se ha dicho, el misterioso doble es una división independiente y visible del Yo: sombra o reflejo. Éstas son diferentes de las figuras reales del doble que se enfrentan entre sí como personas reales y físicas, de similitud externa poco común y cuyos sentidos se cruzan.

La primera novela de Hoffmann, *Los elixires del diablo* (1815), depende de un parecido del monje Medardo con el conde Viktorin, sin saberlo ambos son hijos del mismo padre. Son tan parecidos que los lleva a extrañas complicaciones. Como poseen una herencia patológica de su padre, los dos hombres se enfrentan mentalmente; su descripción maestra constituye el punto central de la novela.

Viktorin que enloquece después de una caída, cree que es Medardo, y así se identifica con todo, y llega tan lejos que emite los pensamientos de éste; Medardo cree que se oye hablar a sí mismo y que sus pensamientos más íntimos son expresados por una voz exterior a él.

Esta imagen paranoica, señala Rank, tiene como complemento las ideas a las cuales se ve sometido en el monasterio, de ser vigilado y perseguido; todo esto vinculado con la imagen de su amada que sólo ve por un momento, y su desconfianza y autoestima son intensificadas en forma morbosa. Además, lo domina la idea atormentadora de tener un doble enfermo; idea que es confirmada por la aparición del perturbado capuchino.

En el relato de *Los dobles* es la clara relación con la rivalidad por la mujer amada. Una vez más es la rivalidad encarnada en dos jóvenes indistinguibles en su aspecto exterior y que tienen una estrecha vinculación debido a misteriosas relaciones familiares. Gracias al amor que profesan por la misma mujer, se ven envueltos en las más complicadas aventuras y cuya solución sólo se encuentra cuando los dos rivales se enfrentan a su amada y renuncian de modo involuntario a toda pretensión sobre ella.

La identificación es el proceso mediante el cual un sujeto asimila un aspecto, una propiedad, un atributo de otro y se transforma total o parcialmente sobre el modelo de éste.

La personalidad se constituye y se diferencia mediante una serie de identificaciones. En el caso de los dobles se refiere al acto en virtud del cual un individuo se vuelve idéntico a otro o en virtud de dos seres que se vuelven idénticos el uno con el otro.

40. Profesora especialista en Comunicación y lenguaje, Escuela Normal de Especialización, México, D.F. Psicoterapeuta de familia y pareja, IFAC, A.C. Especialista en psicopatología del vínculo madre-bebé, Sorbona Distrito XIII, París, Francia. Maestría en Psicoterapia psicoanalítica, Universidad Intercontinental, México, D.F. Doctorado en Clínica psicoanalítica, Instituto Universitario Eleia.

41. Nota del editor: Debido a su extensión, el presente artículo se presenta en dos secciones.

Freud menciona estas dos acepciones y están relacionadas con la imitación, la empatía, simpatía, contagio mental, proyección, etcétera. Scheler habla de la identificación en su propia persona a otra y Wallon de la centripeta; el sujeto identifica a la otra persona con la propia. En el caso del doble se dan ambas identificaciones.

Por ejemplo, en los hermanos *Viktorin* y *Medardo* donde el autor menciona que uno se identificó con el otro debe de diferenciarse de palabras como incorporación, introyección, interiorización.

Si hablamos de incorporación e introyección, éstas constituyen prototipos de la identificación, en donde el proceso mental es vivido y simbolizado como una operación corporal ya sea ingerir, devorar, guardar dentro de sí.

La distinción entre identificación e interiorización es más compleja. En términos generales se puede decir que se realiza con objetos u objetos parciales; mientras que la internalización se hace mediante una relación intersubjetiva. En el caso del doble o del mellizo imaginario esta identificación es parcial.

También podemos hablar de que puede en el doble estar presente la identificación con el agresor, que permanece dirigida hacia afuera y sin volverse hacia el sujeto en forma autocrítica, tomando en cuenta etapas muy primarias de la formación del Superyó.

En este sentido, el agredido se convierte en agresor y viceversa. Generalmente se sitúa este concepto para distinguir relaciones no triangulares, sino duales y que en el fondo, como sostiene Lagache, es de naturaleza sadomasoquista.

En Titán nos encontramos con la tendencia a la despersonalización, que queda indicada en el nombre de *Leigeber-Roquairol*, descrito como un gran egoísta que ansía tener un amigo y escribe a Albano: “y entonces te vi, y quise convertirme en tu yo... pero eso no funciona, pues no puedo retroceder; pero tú puedes seguir adelante, y uno de estos días te convertirás en mi yo”. “Al ejecutar su propia tragedia, al renegar de su propio yo, se mata” (Sheineder).

La idea de ser perseguido por sí mismo se convierte en un tormento espantoso. La dicha reside en liberarse para siempre de su Yo. Si su mirada cae por casualidad en sus manos y piernas, ello basta para hacer que lo invada el miedo helado de que pueda aparecerse ante sí mismo y ver su Yo.

Pero hay también espejos que traen rejuvenecimiento o envejecimiento. Recordemos a Spikher que tenía todos los espejos tapados para que no pudieran reflejarse.

En términos generales deberíamos de tratar el asunto de los espejos en el sentido de pérdida de la integración mental, concretamente a la despersonalización. La presencia de un delirio “Síndrome de Cotard”, si está vinculado al horror que pueden despertar los espejos mismos.

La vida del doble tiene una estrecha vinculación con la del propio individuo. En la obra del estudiante de Praga y en Raimund esto es la misteriosa base del problema. El personaje *Rappelkopf* recuerda esta situación: “los dos tenemos una sola vida. Si yo lo mato, me mataré a mí mismo”.

El concepto del doble es usado también en el caso de identidades confusas, o en la solución de complicados argumentos por identificación de diversas personas.

Otros autores trataron el doble no sólo como contrapartida corpórea sino como algo mucho más subjetivo. Por ejemplo, en *Ratcliff* se describe el destino de dos personas cuya vida está carente de sentido debido a que se ven obligados a vivir como dobles y que están obligadas a asesinarsen la una a la otra, aunque estén enamoradas.

Su existencia cotidiana está entrelazada constantemente por sus vidas ancestrales que las obliga a vivir de nuevo. Esta compulsión provoca la división de sus personalidades. *Ratcliff* obedece a una voz interior que lo exhorta a asesinar a quien se acerque a su amada.

El motivo aparece diferente en “*Noches en Florencia*”, donde aparece la doble existencia de *Madame Laurencer*.

Es la historia de una mujer con una alegre vida en el día y que alterna con éxtasis tortuosos en la noche recordándolos con tranquilidad como si fueran cosas del pasado lejano.

Una narración similar es la del muerto Laskano “cuya amante madre le frota todas las noches una vida mágica con el poderosísimo ungüento”.

El deseo de la madre de que su hijo viva la lleva a depositar expectativas mágicas para recuperar lo vital. Ahí volvemos a pensar en la falta de barrera de contacto: buscar la división entre la vida y la muerte.

En estas historias lo que aparece continuamente es la presencia de la pantalla de partículas beta siguiendo a Bion.

Existe otro cuento alemán: un raro individuo se le aparece siempre al poeta cuando se encuentra sentado frente a su escritorio. Al ser interrogado le contesta “soy la acción de tus pensamientos”.

Hasta ahora se ha tratado o bien de un doble físico o de una semejanza que se ha separado del Yo y que se he convertido en un individuo ya sea sombra, reflejo o retrato. Sin embargo, se llega a una constelación psíquica, según menciona Rank, la representación por la misma persona de dos seres separados por la amnesia. Estos casos que él llama **doble conciencia**, también han sido observados en el plano clínico y aparecen con frecuencia en las obras literarias; se les interpreta como la existencia simultánea del mismo individuo en dos lugares distintos. La división de la personalidad se lleva al extremo.

La figura del doble tiene formas más o menos claras, pero al mismo tiempo aparece como una creación subjetiva, espontánea y de una imaginación morbosa y activa.

Estos casos de doble conciencia aparecen en el plano psicológico como la base y forma la etapa preliminar de la ilusión del doble en pleno desarrollo.

El ejemplo representativo de lo anterior es el cuento de Maupassant, *El Horla* (1887). El personaje principal sufre de ansiedad que lo atormenta, en particular

durante la noche. Inclusive lo persiguen en sueños y los perseguidores no pueden ser auyentados de ninguna manera. Una noche descubre aterrorizado que su garrafa, llena al amanecer, está vacía por completo. Él no había bebido y nadie había podido entrar al dormitorio pues estaba perfectamente cerrado con llave. A partir de ese momento todo su interés está concentrado en encontrar al espíritu invisible “el Horla” que vive en él o a su lado.

Trata de escapar de todas las maneras posibles, pero en vano. Se convence cada vez más de la existencia independiente de la misteriosa criatura. Siente que lo escucha en todas partes. La criatura lo vigila, que entra en sus pensamientos, que lo domina, que lo persigue. A menudo realiza un giro rápido para encontrarlo y aferrarlo, sin embargo todo es inútil. Muchas veces se precipita en la oscuridad de la habitación donde cree que se encuentra “el Horla”, con el fin de estrangularlo, para acabar con él.

Pero la ansiedad que experimenta el personaje es persecutoria, lo que se diría propia de la posición esquizoparanoide. El Horla (objeto introyectado omnipotente) puede darse cuenta de sus intenciones, lo que puede desencadenar su ira y hacer que sea el Horla quien lo destruya a él.

Por último, este pensamiento de liberarse del tirano invisible logra tener dominio; hace que en todas las ventanas y puertas se coloquen postigos de hierro que se puedan cerrar con fuerza y una noche se desliza para poder aprisionar al Horla. Luego de haber ordenado hacer esto, le prende fuego a la casa y desde lejos la ve destruirse junto con todo lo que había en el interior.

Pasando el tiempo se ve acosado por dudas respecto a la desaparición del Horla y no ve otra forma de acabar con él que matándose.

En este relato, la muerte destinada al Yo como doble cae en cambio sobre la persona misma. El punto a que llega su desintegración lo muestra en el espejo que ocurre antes de la catástrofe.

El protagonista había iluminado la habitación para esperar al Horla y narra:

Detrás de mí hay un alto ropero con espejo, que todos los días me ayuda a afeitarme y vestirme y en el cual me miraba de pies a cabeza, cada vez que pasaba frente a él. Fingía escribir para engañarlo, pues también él me vigilaba. Y de pronto sentí que se inclinaba sobre mi hombro y leía que estaba ahí, y me rozó el oído. Me incorporé, extendí los brazos y me volví con tanta rapidez, que casi caí. ¿Y ahora qué? Se podía ver con tanta claridad como si brillara el sol, y no me vi en mi espejo. El vidrio estaba vacío, claro, profundo, brillantemente iluminado, pero mi reflejo faltaba, aunque yo me encontraba donde podía proyectarse. Observé de arriba abajo la amplia superficie clara del espejo, ¡la observé con ojos horrorizados! Ya no me atrevía a adelantarme; no me atrevía a moverme; sentí que él estaba ahí, pero volvería a escapar de mí, él, cuyo cuerpo opaco impedía que me reflejase. Y cuán horrible de pronto me veía en una bruma, en el centro del espejo, a través de una especie de velo acuoso; y me pareció que esa agua corría de izquierda a derecha, con suma lentitud, de modo que mi imagen aparecía esbozada con más claridad de segundo a segundo... Por último pude reconocerme tan por entero como lo hago todos los días cuando me miro en el espejo. Lo había visto, y todavía ahora tiemblo de pavor.

Recordemos que Tustin describe estados de terror, pérdida de barreras corporales, despersonalización, sentimientos de fragmentación, sensaciones de caída catastrófica.

Maupassant hace toda una narración sobre el misterioso él, que inspira al personaje principal un temor espantoso hacia sí mismo.

Más adelante existe la confesión de que quiere casarse porque ya no quiere pasar las noches solo después de que una vez al regresar al hogar lo ve "a él" ocupando su sillón acostumbrado.

Me persigue sin cesar, ¡es la locura! Y sin embargo es así. Sé muy bien que no existe, que es irreal. Sólo vive en mis celos, en mis temores, en mi ansiedad. Pero cuando viva con alguien siento con claridad, sí, con mucha claridad que ya no existirá. ¡Pues existe únicamente porque estoy solo, nada más porque estoy solo!

Musset (1835) escribe "La noche de diciembre". En un diálogo, el poeta nos dice que desde su infancia, un doble sombrío que se le parece un hermano lo

sigue siempre a todos lados. En los momentos decisivos de su vida aparece ese compañero vestido de negro. "No puedo eludirlo, nos dice, por más lejos que huya". Y así sucedió una vez, como joven enamorado, se encontró a solas con su doble, así ahora, muchos años después, se ve absorbido, una noche, en dulces recuerdos de esa época de amor, y la aparición vuelve a revelarse.

*Cuando el amor juvenil hechizó mi espíritu,
un día, a solas en mi cuarto, pasé el rato
deplorando mi primera aflicción.
Cerca de mi hogar llegó a una silla
un extraño, de negras vestimentas,
con facciones cual las de un hermano.
Pero de pronto vi, en la tiniebla nocturna,
una forma de deslizarse, sin ruido y rauda.
Vi una sombra en mi cortina erguirse,
su lugar en mi cama ocupó
¿quién eres, semblante tan pálido y horrendo,
sombria semejanza de negro color?
Triste pájaro fugaz ¿por qué te me apareces?
¿Es un sueño hueco, mi imagen aquí,
que desde ese espejo aparece a mi visión?*

Al final la aparición se identifica como soledad, como en el caso de Maupassant se percibe como la fatigosa compañía de un segundo ser. Rank nos dice que, como Nietzsche, en la sociabilidad con el propio Yo puesto como duplicado.

William Wilson es un cuento breve que Poe usó el tema del doble en una forma distinta que en *El Retrato de Dorian Gray*. Aquí el personaje principal encuentra a su doble de la escuela en su infancia.

El doble no sólo tiene el nombre de Wilson y la fecha de nacimiento, sino que además se le parece tanto en el físico, que se les considera mellizos. Muy pronto el extraño personaje, que imita a Wilson en todo, se convierte en fiel camarada, inseparable compañero y por último el rival más temido. Sólo por su voz, que no puede elevarse por encima del susurro, se distingue el doble de su original; pero esa voz es idéntica en acento y pronunciación, hasta tal punto, que "su singular susurro se convirtió en el eco mismo del mío".

A pesar de esta ominosa imitación el personaje principal es incapaz de odiar a su otro yo, ni puede rechazar el consejo ofrecido de manera sugerida que

de inmediato obedece, pero con enojo y repugnancia (texto original). “Las palabras eran veneno a mis oídos”.

En todas estas narraciones existe un ataque a la realidad. Los personajes tienen un aspecto o un estado mental, como se quiera nombrar, que nos acerca al funcionamiento de la parte psicótica de la personalidad mencionado por Bion. Pero más aún si dijéramos que existen **transformaciones**, éstas serían sin duda **transformaciones en alucinosis**. El área psicótica de la personalidad puede apoderarse de la mente, como lo podemos observar en las diferentes fracciones de piezas literarias.

En otros casos, el área de la personalidad de los personajes en que priman las transformaciones proyectivas está descrita por M. Klein en las fantasías inconscientes, las relaciones de objeto, las ansiedades psicóticas que corresponden a la posición esquizo-paranoide y depresiva, y las defensas que con llevan ambas y el **splitting patológico**.

Ahora toca el turno a la envidia

M. Klein desarrolla la teoría de la envidia en 1957 en su libro *Envidia y gratitud* donde la describe como primaria a un impulso agresivo que el ser humano experimenta desde el comienzo de su vida y que está dirigido al pecho de su madre con el deseo de dañar los aspectos buenos y protectores que éste posee, sobre todo el aspecto nutricional.

Deja a la envidia independiente de la frustración; así queda independiente de las características que la situación ambiental, o del pecho materno. El impulso envidioso es constitucional y cada ser humano tiene diferentes potencialidades para ello.

Menciona que los aspectos inconscientes de la envidia interfieren con los procesos de gratitud. Para Klein tiene una cualidad destructiva y tiene un factor importante en la personalidad ligado con la voracidad.

Hay otro aspecto importante a tomar en cuenta para poder entender la presencia de los dobles. Riviére afirma que los celos son una defensa egosintónica

para ocultar sentimientos de envidia hacia el objeto. La envidia hay que ligarla al narcisismo primario, en donde se reconoce al objeto externo o se está fusionado psicológicamente a él.

Klein fundamenta la existencia de la envidia como fuerza endógena en la acción de la pulsión de muerte sobre el individuo. Para el grupo británico: *Guntrip, Winnicott, Balint y Fairbairn*, es resultado de una falla proveniente del ambiente. En el caso de los personajes descritos en estas obras, hemos retomado la postura kleiniana, ya que son grandiosos en su mayoría así como sus dobles, príncipes, personajes poderosos. En esta representación del doble debemos de tomar en cuenta el importante papel que juega la envidia de los personajes protagónicos hacia él. Por ejemplo Narciso, que tenía envidia de su propia imagen; o Dorian Gray, que envidiaba a la vez que amaba el retrato donde estaba plasmada su juventud y belleza; asimismo, el personaje de Tristán que envidiaba el pensamiento de su amada que pueda traerle a otra persona rival, etcétera.

En estas historias hay idealización hacia los dobles, la cual sabemos es un mecanismo inconsciente de defensa contra la envidia. Y no hay personaje más envidioso que el objeto que representa a la muerte y que envidia la vida.

En estas narraciones lo que se privilegia es el pensamiento de los autores, que se da a partir de la expresión de la frustración y la aparición de la tolerancia y con este último el devenir de las transformaciones.

La pregunta es si estos personajes fantásticos que sufren de forma intensa así como sus dobles omnipotentes, destructores, ¿serán meras proyecciones de los autores, es decir, sus “dobles”?

Por último, vale la pena analizar la historia de *El cisne negro*, película reciente y una adaptación de la famosa pieza de ballet clásico *El lago de los cisnes*. Esta obra es una buena ejemplificación de lo que hemos descrito en este trabajo como la presencia del doble. La protagonista establece una relación con su doble, su melliza imaginaria. Esta melliza es capaz de retar y desobedecer a la madre; ser tenaz, arrojada, sensual. Puede seducir al director e incluso tener impulsos

asesinos. Contrariamente a la protagonista, es tímida, sometida a los deseos de la madre, masoquista, miedosa. Los dos personajes entran en una rivalidad mortal hasta culminar con la muerte de ambas.

Hay una escena donde la protagonista cree matar a la bailarina, que es compañera del ballet con la que también tiene gran rivalidad y de quien se siente amenazada, ya que la quiere despojar de su papel principal.

La protagonista tiene una personalidad narcisista. Siguiendo a Freud, tuvo que catectizarse antes de elegir el objeto, ya que nunca existió para su madre como objeto de amor. Ésta toma a la hija como una extensión de su self, y por identificación proyectiva lleva a cabo la fantasía de triunfar como bailarina, ya que truncó su carrera (por lo menos en lo manifiesto) y desea hacerlo a través de la vida de la hija.

La rabia narcisista se apodera de ella y culmina rompiendo la imagen de su melliza, clavándole los pedazos de espejo en el abdomen aunque después se percata que es a ella a quien ha dañado. Dicho de otra manera, el área psicótica de la personalidad se apodera de la mente precipitando a la caída.

El final es dramático. Termina con la conciencia de haber llegado a la perfección teniendo como satisfactor el gran triunfo narcisista, aunque todo destruido por la muerte cuyo vínculo estaba permeado por la envidia. Aquí se comprueba la teoría de M. Klein, en donde vincula la envidia con la pulsión de muerte.

La guerra entre la protagonista y su doble, la guerra entre los dos cisnes, la guerra entre la madre y ella, temer al doble sobre todas las cosas es aterrador. Están los elementos de amor y odio, envidia.

Constantemente aparecen alusiones a dos bailarinas, dos amigos, dos cisnes (otros mellizos), dos imágenes, dos zapatillas, etcétera. Pareciera que esta precipitación a la muerte es la única manera que encontró el Yo para integrarse y dejar de estar escindido. La lucha entre el cisne negro y el blanco es una lucha encarnizada por el triunfo. El cisne negro experimenta y lleva a la actuación todos los deseos reprimidos en el cisne blanco.

El suicidio de la protagonista también representa este fenómeno del doble.

Conclusiones

La presencia de los dobles en la humanidad es mucho más frecuente de lo que nos imaginamos. Representan las partes escindidas del Yo. Se utilizan mecanismos de defensa alrededor de la escisión. Están relacionados con el narcisismo de los sujetos.

Clínicamente se pueden observar en asociaciones, sueños, fantasías que incluyen dos elementos. Conllevan sentimientos de envidia, relacionada con pulsión de muerte. Matar a un doble casi nunca es posible, a menos que se intente la destrucción del sujeto. El doble representa un objeto internalizado omnipotente y dañino.

*Adonde vayas, siempre estaré yo;
Hasta el último y postrero de tus días,
En que iré a sentarme sobre tu tumba.*

Musset

Bibliografía

Bion, W. (1996). *Volviendo a pensar*. Buenos Aires: Lumen-Hormé.

Bleichmar, N. y Leiberman, C. (1989). *El psicoanálisis después de Freud. Teoría y clínica*. México: Eleia Editores.

Grinberg, L., Sor, D. y Tabak, E. *Nueva introducción a las ideas de Bion*. Madrid: Tecnipublicaciones, S. A.

Klein, M. (1990). *Obras completas Melanie Klein: Amor, culpa y reparación*. Barcelona, Buenos Aires, México.

Laplanche, J. y Pontalis, J. B. (1983). *Diccionario de Psicoanálisis*. España: Labor.

Rank, O. (1924). *El doble. Un estudio psicoanalítico*.

El porqué de la psicoterapia analítica.

Isabel Díaz Portillo⁴²

Primera parte⁴³

Según la sencilla y clásica definición de Wolberg (1954), psicoterapia es: “el tratamiento de los problemas emocionales por medios psicológicos... entre una persona entrenada y el paciente”. Si bien hablar de “medios psicológicos” abarca el universo extenso que incluye desde la magia y la religión hasta el ejercicio físico, lo que explica la existencia de distintas escuelas de psicoterapia, la limitante de la definición que establece la relación entre una persona entrenada y un paciente, nos remite a nuestro entrenamiento.

De aquí el título de esta exposición que cuestiona la elección que hicimos, porque ser psicoterapeuta analítico o psicoanalista exige un entrenamiento teórico y técnico prolongado, esforzado y a veces muy costoso. De aquí que yo cuestione nuestra elección, que si se basó en fantasías irrealizables, llevara, inexorablemente, a la decepción. En una primera lámina expongo algunas de las fantasías que he encontrado a través de la supervisión de candidatos en formación.

1ª Diapositiva

*¿Por qué?
Obtener mucho dinero
Incapacidad de acceso a APM
Identificación con figura idealizada
Autoconocimiento para así, resolver los propios problemas y lograr la “salud mental”
Aumentar autoestima por “ser superior” al paciente
Adquirir poder sobre otros
Ser científicamente inobjetable
Curiosidad sobre el funcionamiento mental
Experiencia psicoterapéutica personal previa*

La fantasía del ejercicio de una profesión científicamente inobjetable, en cuanto supone que sólo la exposición de las fuerzas en conflicto lo suprime. Por el contrario, R. H. Etchegoyen (1986) señala que los cinco tipos de psicoterapia señalados por Bibring se aplican en el psicoanálisis.

2ª Diapositiva

Psicoterapias:

*Sugestiva
Abreactiva
Manipulativa
Esclarecedora e interpretativa.
Insight*

Sugestiva: Aporte de opciones para afrontar un problema: “tírelo a loco”; “paralelo en cuanto empiece a gritarle”, etcétera. Apoyo, sugestión y persuasión son instrumentos para ejercer una clara influencia sobre el paciente, para alcanzar un cambio directo, inmediato, que apunta más a la conducta que a la personalidad, cuyo paradigma es la psicoterapia represiva. El apoyo como acción psicoterapéutica trata de darle al paciente estabilidad o seguridad, algo como el respaldo o bastón.

Son medidas que atienden en aliviar la ansiedad tratando de alejarla de la conciencia (represión, negación), en reforzar la buena relación con el otro. El psicoterapeuta se coloca en el lugar de un objeto (Superyó) y puede subrayar (tendenciosamente) ciertos aspectos de la realidad. El apoyo puede crear una situación viciosa; al estimular una dependencia difícil de resolver y, en cuanto no es verdadero, puede aumentar la inseguridad. Glover (1995) señala que a veces el apoyo está fuertemente determinado por la contratransferencia. Pero si se entiende por apoyo una actitud de simpatía, cordialidad y receptividad frente al paciente, este apoyo es un instrumento ineludible en toda psicoterapia. Para diferenciar las dos alternativas se prefiere hablar en estos casos de contención (holding), siguiendo a Winnicott.

El analista no debe confundir el apoyo que se da coyunturalmente en algo que pretende ser de valor perdurable. Se considera como un método de dosificar la ansiedad y, como tal, legítimo en psicoanálisis si se usa prudentemente y se combina con la interpretación. Al respecto, cabe señalar que el nivel de ansiedad que considera útil cada terapeuta es una

42. Médico, UNAM. Psiquiatra, psicoanalista, miembro de AMPAG. Docente y analista durante 40 años.

43. Nota del editor: el presente trabajo se divide en dos partes debido a su extensión.

variable que se apoya en argumentos teóricos ad hoc, provenientes de la adhesión a una determinada teoría analítica.⁴⁴

La sugestión es una acción del terapeuta que introduce en la mente del enfermo algún tipo de juicio o formación que puede operar luego desde adentro, con la finalidad de modificar una determinada conducta patológica.

Hay dos tipos de sugestión: la pasiva y la activa. En el primer caso el individuo se deja penetrar por la sugestión sin hacer ningún esfuerzo para incorporarla. Es la menos eficaz y más condenable. En la sugestibilidad (activa), el paciente participa en el proceso, que por lo mismo resulta más perdurable y eficaz. Freud decía que la diferencia entre la psicoterapia analítica y las otras es que la primera utiliza la influencia del médico, es decir la sugestión, para que el paciente abandone sus resistencias y no para inducirle determinado tipo de conducta. La sugestión es peligrosa porque la influencia que se ejerce es muy grande y puede ser perturbadora, y conlleva el peligro de conducir demasiado al paciente y de ejercitar la demagogia o la superchería.

Abreactiva: facilita las descargas emocionales: llanto, ira. El paradigma de estos métodos puede ser la reducción emocional de Alexander y French (1946), donde se recurre a la manipulación de la transferencia para darle al paciente una nueva experiencia que corrija las defectuosas que se tuvo en el pasado.

Manipulativa: el médico trata de dar una imagen que sirva como modelo de identificación.

Esclarecedora e interpretativa: se usa en el psicoanálisis. Se diferencia de las otras terapias en que utiliza los tres primeros (sugestión, abreacción y manipulación) como recursos técnicos no esenciales, y sólo el esclarecimiento y la interpretación constituyen recursos terapéuticos propiamente dichos, porque operan a través del insight que no se busca en las otras psicoterapias. Aunque Bibring considera que el esclarecimiento lleva al insight, la mayoría de los psicoanalistas piensa que se liga exclusivamente a la interpretación.

El **insight** es el conocimiento experiencial subjetivo adquirido durante el psicoanálisis, de contenidos patogénicos y conflictos antes inconscientes. Difiere de otras comprensiones cognitivas en las cuales no se presenta sin el precedente de cambios dinámicos que llevan al debilitamiento de la resistencia y la liberación de energía, con lo que aumenta el funcionamiento autónomo del Yo, en especial sus funciones de observación, síntesis, percepción, memoria, prueba de realidad, control sobre la regresión, la descarga efectiva y la integración. La comprensión intelectual aparente de las fuerzas involucradas, con un propósito libidinal o agresivo hacia el analista, constituye un falso insight destinado a complacer o engañar al analista (Moore *et al.*).

3ª Diapositiva

*Información
Preguntas
Señalamientos
Confrontación
Interpretación*

Para interpretar adecuadamente, el psicoanalista recaba información sobre su paciente con instrumentos totalmente compatibles por medio de los métodos del psicoanálisis más estrictos (Etchegoyen).

El instrumento más sencillo y directo para obtener información es la pregunta. Cuando no hemos escuchado, entendido o deseamos conocer algún dato que nos parece pertinente a las asociaciones del analizado, así como cuando creemos necesario saber qué significado le da el paciente a lo que está diciendo, corresponde preguntar, siempre que no haya elementos que nos aconsejen interpretar o callar. No es excluyente formular la pregunta y también interpretar. Dependerá de la valoración del analista preguntar, interpretar o hacer ambas cosas. Cada vez que se cuestiona, se debe estar atento para

ver si realmente se recaba información o el paciente pretende crear una situación que merecería ser analizada en sí misma (complacer, apaciguar, confundir, poner a prueba la atención del terapeuta). La pregunta debe formularse sin segundas intenciones, porque de lo contrario se está tratando de influir al paciente y debe ser clara hasta donde sea posible, para no confundirlo. Se oponen a las preguntas quienes consideran que sin ellas se puede analizar y que se perturba la asociación libre.

Es verdad que cuando el paciente asocia libremente no vale interrumpirlo, aunque todo depende del contexto y de las circunstancias, ya que en ocasiones lo que presenta como "asociación libre" es una serie de palabras sin sentido o detalles obsesivos cuyo objetivo es evadir la emergencia del afecto subyacente. Hay quien considera las preguntas concretamente como un parámetro que se utiliza cuando está angustiado o confundido y no puede hablar libremente.

En este caso, las preguntas pueden dar soporte al Yo, reforzar su contacto con la realidad, o mejorar su nivel de colaboración, preparándolo eventualmente para la interpretación. Cuando el analista está con una persona angustiada y no acierta con la interpretación, puede preguntar para aliviar momentáneamente la angustia, pero tiene que saber que esta pregunta es una forma de apoyo y no tiene por finalidad obtener información. En las etapas iniciales de un análisis, las preguntas son una forma de inducir al paciente en la práctica de la asociación libre y de aportar descripciones completas y relevantes de sus experiencias y acontecer psíquico.

Otro instrumento para recabar información es el señalamiento (observación) que apunta a algo, circunscribe un área de observación, llama la atención, con el objetivo de que el paciente observe y ofrezca más información. Implica siempre cierto grado de información que el analista da al paciente al llamar su atención. Pero lo que define este instrumento es que busca recibir información. La observación puede tener segundas intenciones a soportar elementos interpretativos. En los actos fallidos el señalamiento a veces cumple simultáneamente la misión de llamar la atención del analizado y de hacerlo consciente al informarle que tuvo un lapsus que no advirtió. El ana-

lista no lleva el propósito de informar específicamente al paciente, sino de fijarle la atención en algo parecido y que, en principio, el terapeuta mismo no sabe qué significado puede tener. Si el analista conoce con seguridad de qué se trata, entonces el señalamiento es superfluo y debe interpretarlo. El acting out del analizado puede informarnos, más que comunicar algo.

Para obtener información también es útil la confrontación, que muestra al paciente dos cosas contrapuestas. La intención es colocarlo ante un dilema para que advierta una contradicción. No siempre es fácil deslindar la confrontación del señalamiento, ya que aquella puede considerarse un caso especial en el que llamamos la atención sobre dos elementos contrapuestos. Pero hay ciertas diferencias que no deben tomarse como incuestionables. El señalamiento tiene que ver con la percepción y la confrontación con el juicio.

Mientras que centra la atención en un punto determinado para investigarlo, en la confrontación lo fundamental es enfrentar al paciente con una contradicción. Confrontar es poner frente a frente dos elementos simultáneos y contrastantes, que pueden darse tanto en el material verbal como en la conducta. Muchas veces se contraponen la conducta y la palabra. Las discriminaciones que se hacen son dinámicas, metapsicológicas y no fenomenológicas. Lo fundamental no es la forma: un señalamiento, una confrontación e incluso una interpretación puede hacerse formalmente con una pregunta; y por el contrario, muchas veces se le da la forma de interpretación a lo que sólo es un comentario del analista. Algunos autores consideran que estos tres instrumentos son preparatorios de la interpretación. Etchegoyen intenta darles más autonomía porque cuántos instrumentos se requieren para recabar información, y no son necesariamente previos a la interpretación.

La información opera como un auténtico instrumento de la psicoterapia si la ofrecemos para corregir un error. En su sentido más estricto, se refiere a algo que el paciente desconoce y deberá conocer. Intenta corregir un error que proviene de la deficiente información del analizado. Se refiere a conocimientos extrínsecos, a datos de la realidad o del mundo, no del paciente mismo. El riesgo que se corre al dar infor-

mación es que el paciente puede malentenderla por apoyo, seducción, deseo de influirlo, de controlarlo, etcétera; a veces es justificado, por ejemplo, darle alguna información médica. Pero es un error creer que contribuye al cambio del paciente. El esclarecimiento busca iluminar algo que el individuo sabe vagamente; no promueve insight sino sólo reordenamiento de la información.

4ª Diapositiva

Interpretación:

Veraz

Desinteresada

Oportuna

Completa

Mutativa

Reinterpretación

Metapsicología

Consciente. Preconsciente. Inconsciente

Metapsicología

Puntos de vista:

Dinámico (pulsión, defensas)

Económico

Estructural (Yo, Ello, Superyó)

Genético

Adaptativo

Interpretación: veraz, desinteresada, oportuna, completa, mutativa, reinterpretación.

La interpretación se refiere a algo que pertenece al paciente sin ser consciente de ello. Puede considerarse una proposición científica, una sentencia declarativa, una hipótesis que puede ser aceptada o refutada; se hace necesaria porque hay instintos que cristalizan en deseos contra los que erigen defensas. El analista toma diversos elementos de las asociaciones libres del paciente y produce una síntesis que da un significado distinto a su experiencia. Informa y da al analizado la posibilidad de organizar una nueva forma de pensamiento, de cambiar de punto de vista (Bion). En cuanto instrumento específico para desentrañar el conflicto, la interpretación queda engarzada en el trípode topográfico-dinámico-económico de la metapsicología. En tanto que informa, la interpreta-

ción tiene que ser ante todo veraz y ser desinteresada (Etchegoyen, 1986). Porque si tenemos otro interés que dar conocimiento, entonces ya no estamos estrictamente interpretando sino sugestionando o apoyando, persuadiendo, manipulando. El proceso implica el vencimiento de una resistencia. El analizado puede darle a nuestras palabras otros sentidos, pero eso no las cambia. Si el destinatario utiliza mal el conocimiento que le aporta la interpretación, tiene que volverse a interpretar, apuntando al cambio de sentido (el paciente que creyó que lo quería impulsar a actuar en sus deseos homo). En el concepto de interpretación coinciden el método y la teoría psicoanalíticas con la ética, porque nuestra función es interpretar, pero no dictaminar sobre la conducta ajena, con lo que nos colocaríamos en un plano de superioridad moral sobre él (Yo, terapeuta, sé lo que es bueno, justo, correcto).

Además de veraz y desinteresada, la interpretación debe ser, también, una información pertinente, esto es, dada en un contexto donde pueda ser operativa, utilizable, aunque finalmente no lo sea. También debe ser oportuna.

La pertinencia (oportunidad) no es sinónimo de timing porque una interpretación fuera de timing no deja de ser pertinente, mientras una intervención impropia no puede verse como interpretación. La oportunidad se refiere al contacto con el material, a la ubicación del analista frente al paciente. Así pues, la interpretación es una información veraz y desinteresada y pertinente que se refiere al receptor. Debemos definir la interpretación por sus intenciones y no por sus defectos. Si asumiéramos el deseo de que el analizado responda con insight, negaríamos el hecho de que hasta la interpretación más perfecta puede ser inoperante si el paciente así lo quiere. La relación con el insight, con ser importante, es compleja. Debe surgir por obra de nuestra labor sin que lo busquemos directamente.

La interpretación mutativa es aquella que, realizada desde el material referido a la transferencia, permite que el paciente establezca una distinción entre el objeto interno transferido al terapeuta y este último como figura real. Facilita que el paciente corrija sus distorsiones perceptuales, se percate de sus iden-

tificaciones proyectivas, y concientice el mecanismo y la forma en la que distorsiona su percepción del mundo fuera del espacio analítico.

El proceso transferencial se contempla no sólo como repetición, sino como expresión de auténticas necesidades vinculares insatisfechas en el curso del desarrollo temprano, y toma en consideración el punto de vista metapsicológico estructural (Bernard y Mackenzie, 1994). Se basa en el postulado de hacer llenar las lagunas mnémicas de la infancia, privilegiando la coherencia interna de las reconstrucciones como el factor que permite dar un “sentido” a la historia personal, por la vía de la transferencia, al pasado remoto del sujeto, gracias a lo cual la historia cobra “sentido”, “significado”, coherencia y lógica. En el fondo, lo que ofrece el tratamiento es un esquema referencial que estructura un marco conceptual sólido, lógico y congruente, mediante el cual la fabulación mítica del pasado da paso a la posibilidad de delimitación entre el mundo externo e interno. Las construcciones que efectúan paciente y analista, más que una auténtica recuperación del pasado, es una creación nueva, construida en el presente, que contiene la historia y el mito de la relación actual entre ambos.

J. Vives (1989) nos recuerda que en psicoanálisis se han esgrimido tres hipótesis fundamentales en relación con los mecanismos de acción terapéutica:

- 1) Considera la interpretación como arma terapéutica y privilegia la interpretación transferencial como factor mutativo por excelencia.
- 2) Hace depender la cura con el vínculo que se establece, tanto transferencial como real, entre los dos actores de la escena terapéutica.
- 3) Otorga importancia a la coherencia y consistencia con lo que terapeutas de diferentes corrientes teóricas psicoanalíticas interpretan, señalan y explican, desde la lógica específica de su concepción teórica, la historia personal del paciente sujeto a tratamiento.

El concepto parámetro técnico, introducido por K. R. Eissler, establece que la técnica psicoanalítica depende de tres factores: la personalidad del paciente, la del analista y la vida real. Un paciente ideal puede manejarse exclusivamente con la interpretación, otros necesitan que el analista haga algo más que interpretar. Ese “algo más” es el parámetro técnico,

que se define como una desviación cuantitativa o cualitativa del modelo básico de la técnica que reposa exclusivamente en la interpretación. El parámetro se sustenta en una deficiente estructura del Yo del analizado. Resulta legítimo introducirlo cuando el modelo técnico básico se ha demostrado insuficiente, pero debe transgredir la técnica regular el mínimo indispensable, y utilizarse sólo cuando esté destinado a eliminarse a sí mismo.

El efecto del parámetro sobre la relación de transferencia debe ser de tal índole que pueda abolirse ulteriormente con una interpretación adecuada. Podrá ser bueno o malo introducir un parámetro, aunque si no hay atenuantes es no darse cuenta de que se le introdujo, o negarlo.

La técnica psicoanalítica que hemos mencionado utiliza recursos de las terapias represiva, expresiva y de apoyo, pero privilegia, como recurso príncipes, la interpretación. El conocimiento de estos recursos, así como el de los principios fundamentales del psicoanálisis, se adquieren a través de la formación, que además incluye la supervisión. Por tanto, abordaré ahora el tema de los principios del psicoanálisis, producto del trabajo de S. Freud, quien sigue en un principio el método sugestivo y abreactivo, cuyo fracaso lo llevó a la comprensión de la existencia de un inconsciente que abarca recuerdos y mecanismos de defensa contra la emergencia de situaciones dolorosas o vergonzosas.

La preparación del futuro terapeuta analítico exige el conocimiento de los principios metapsicológicos del psicoanálisis.

5ª Diapositiva

*Metapsicología:
Consciente. Preconsciente. Inconsciente*

*Puntos de vista:
Dinámico (pulsión, defensas)
Económico
Estructural (Yo, Ello, Superyó)
Genético
Adaptativo*

Metapsicológica. Puntos de vista. Tópico: inconsciente, preconscious, consciente. Dinámico: pulsión, defensas. Económico. Estructural: Yo, Ello, Superyó. Genético. Adaptativo.

El psicoanálisis fue definido por Paul Ricoeur como “la búsqueda dialéctica en pos de la verdad”, pero ¿cuál verdad? La de la interacción entre fuerzas inconsciente que subyace en nuestros pensamientos y conducta. La teoría psicoanalítica se basa en el descubrimiento del conflicto inconsciente y las leyes que lo rigen (H. Bleichmar, 1981). Es decir, el inconsciente es todo el contenido y los procesos mentales fuera de la percepción consciente. Si nada se opone a su aparición en la conciencia, se catalogan como pre-conscientes. La fuerza que se opone a su emergencia, haciéndolos quedar en el inconsciente dinámico, es una primera defensa, también inconsciente: la represión, cuya manifestación clínica es la resistencia.

Procesos primario y secundario. Dinámico: Fuerzas involucradas en la conducta y el conflicto (pulsiones y defensas). Pulsión de vida y pulsión de muerte. Las defensas, además de la represión, incluyen la supresión, proyección, introyección, desplazamiento, anulación, aislamiento, negación, transformación en lo contrario y formación reactiva.

Económico: despliegue, aumento y disminución de la energía de pulsiones y defensas, debido a cambios hormonales o estímulos externos.

Estructural: Yo, Ello, Superyó: instancias que constituyen, a través de la identificación, precipitados de las relaciones de objeto tempranas que participan en la formación de defensas, rasgos de carácter, actitudes, hábitos, intereses, recuerdos, ideales, valores morales, etcétera.

Genético: historia de los procesos pulsionales y del funcionamiento del Yo en la conducta e historia de la relación del sujeto con la situación en la que apareció ese comportamiento. Las defensas disponibles para el Yo dependen del desarrollo de éste, por lo que enfrentar un conflicto a través de la racionalización, que no es posible para un niño de tres años, recurre a la proyección, mecanismo muy primitivo, que observamos tan frecuentemente en los infantes: “mesa tonta

que se me atravesó”.

Adaptativo: cambios debido al desarrollo intrapsíquico y modificación del medio ambiente por acción del Yo, necesarios para armonizar la relación entre pulsiones, restricciones internalizadas y requerimientos del mundo externo; por ejemplo: ocultar ciertas actividades y relaciones a los padres para evitar sus críticas o castigos

También es un requisito en la formación del terapeuta la supervisión. Proceso en el cual un terapeuta con mayores conocimientos y experiencia que el paciente, lo ayuda a afinar su acción (el experto en AMPAG⁴⁵). La condición imprescindible para el buen éxito de la supervisión es que, por parte del supervisor, no sea persecutoria. Esto porque el supervisado puede sentirse perseguido por su temor a no complacer, ser rechazado o visto como inferior (Supervisión con *Namnum*).

E.C.M. Frijling-Schreuder (1970) considera que entre supervisor y supervisado puede verse que se desarrolla una alianza de trabajo, Es un proceso que posee un curso más o menos típico. La situación de supervisión posibilita enfrentar las necesidades individuales de cada candidato. Por ejemplo, encontrando las palabras más simples para el paciente que tiende a intelectualizar, o despertando cierto interés teórico con poca inquietud por la lectura. Sin embargo, debe confiar en que la atención del supervisor se centra en la forma en que conduce el análisis y no en los problemas de personalidad que pueda presentar. Una buena supervisión contrarresta la tendencia a la sumisión del paciente, ayudándolo a desarrollar su estilo personal de trabajar.

Una de las primeras tareas para construir una alianza de colaboración consiste en favorecer la expresión de sus ideas sobre el caso que supervisa. El analista se ofrece como un objeto de identificación en sus aspectos de aceptación acrítica, disposición a la escucha y comprensión de las limitaciones y errores del paciente. La primera fase en el desarrollo de la alianza de trabajo está marcada por inseguridad y dependencia. En la medida en que aumenta el insight sobre el material y el proceso analítico, se desarrollan seguridad, dependencia y capacidad de consultar al

supervisor en un nivel profesional adulto. El candidato puede empezar con una actitud ligeramente opositora, después reemplazada por una estrecha cooperación y crecimiento del insight.

A veces, a la fase opositora sigue una ligeramente sumisa, antes que el paciente encuentre su propia independencia profesional. No obstante es muy peligrosa la sumisión ansiosa porque esconde fuertes rivalidades, sentimientos de grandeza e incapacidad para tolerar la crítica. Y el proceso de aprendizaje es lento. El conocimiento que la supervisión conlleva en una evaluación puede favorecer actitudes paranoides en ciertos candidatos. Si esto no es muy fuerte, pertenece a las dificultades normales concomitantes al entrenamiento formal. Pero fácilmente la actitud paranoide puede imposibilitar el establecimiento de la alianza y entonces no se da el proceso de aprendizaje.

Si los rasgos paranoides son muy prominentes, el candidato no debería seguir su entrenamiento. La empatía, la real comprensión de su personalidad, es la mayor ayuda para disminuir la ansiedad del novato. La capacidad para entender el material inconsciente en este contexto y ayudar al paciente con interpretaciones en un timing adecuado es, habitualmente, una de las primeras adquisiciones del proceso de aprendizaje. El supervisor advierte al paciente si debe tomar el caso o dejarlo. De esta forma comparten la responsabilidad para la adecuación en particular. Cuando éste se da cuenta que el supervisor no teme la regresión, se anima a vencer su dificultad inicial para usar su libre atención flotante.

Dado que las dificultades contratransferenciales son frecuentes y el resultado de transferencia irresuelta en el análisis personal, puede haber necesidad de advertirle que lleve el problema a sus análisis, pero sólo aquí es válido enviarlo a ello (*ibid.*, 1970).

En sus *Estudios sobre la histeria* (1895; 1948), Freud aborda la transferencia como una resistencia al tratamiento, pero en 1912 en "La dinámica de transferencia" señala que los fenómenos no son artefactos producidos por el psicoanálisis, sino un producto de la neurosis misma. El psicoanálisis los reconoce como fenómenos ubicuos en toda relación significa-

tiva y busca su elaboración exclusivamente a través de la interpretación. La falta de formación psicoterapéutica, así como la patología de algunos terapeutas, lleva a la utilización de la transferencia para su propio beneficio. El fenómeno transferencial revive en el curso del tratamiento, la relación con las autoridades de la infancia: los padres, dotando al psicoterapeuta de características de poder, sabiduría y belleza que no corresponden a su realidad como ser humano. Conocedor de estas situaciones, el psicoterapeuta realiza su labor con NEUTRALIDAD Y ABSTINENCIA. No trata de dirigir la vida de sus pacientes hacia la autorrealización en un sentido predeterminado por él, ni saca provecho de las necesidades neuróticas de afecto, dependencia, aceptación o castigo que se le dirigen; no tiene, ante sus pacientes, ni actitudes seductoras, ni agresivas o punitivas; debe respetar los valores religiosos, políticos e ideológicos y abstenerse de mantener con ellos relaciones ajenas a los fines terapéuticos ya sean sociales, sexuales, laborales, económicas, políticas, entre otras.

El supervisor le señala sus salidas de la neutralidad y abstinencia, ayudando a la limpieza del campo terapéutico por esta obligación de respeto a los valores del paciente, y por la responsabilidad de deslindar honestamente sus propias necesidades, se explica el requisito de análisis personal. Diversas circunstancias en la vida del psicoterapeuta y, en no pocas ocasiones, el mismo ejercicio de la profesión llevan con frecuencia a la necesidad de re-análisis, interferida, en ocasiones, por la omnipotencia y su narcisismo. Mantener la propia salud mental es un deber y un derecho del psicoterapeuta.

Gracias a toda esta preparación, el psicoterapeuta psicoanalítico es capaz de establecer un CONTRATO de trabajo explícito y comprensible para el paciente; implica el conocimiento de la necesidad de proporcionarle un marco de referencia conocido y seguro frente a los conflictos que lo llevan a buscar ayuda, así como ante las angustias que despierta en cualquier persona, el establecer relación con un profesional y un método desconocido hasta este momento. El contrato se establece después de un diagnóstico presuntivo y pronóstico del problema que aqueja al paciente, si ha decidido tomarlo en tratamiento; por el contrario, se le sugiere adónde se considera ne-

cesario (psiquiatra, internista). Es fundamental este diagnóstico inicial para saber qué se va a ofrecer al paciente. A menos que se haya decidido, por sus necesidades, ofrecerle una terapia a tiempo limitado y objetivo focalizado (bajo cociente intelectual, problema muy concreto, dificultad para autoexplorarse y obtener insight o corta estancia en lugar de la terapia), no se plantea la duración del tratamiento ni la meta a alcanzar.

En cambio, en una terapia psicoanalítica o un psicoanálisis, no pueden saberse, de antemano, cuáles serán la duración y alcance de los logros, esto se explicita con franqueza ante la cuestión respecto al paciente. Algunos terapeutas añaden que el tiempo dependerá de la meta que contemple el paciente: no es igual tratar de librarse de síntoma que desear un cambio en la forma de relacionarse con los demás o suprimir los obstáculos que impiden logros profesionales.

El contrato establece duración y frecuencia de las sesiones; su costo, forma de pago y expedición de recibos; tareas del paciente y del terapeuta; definición y acuerdo previo de la relación con los familiares; conducta a seguir en cuanto a vacaciones de paciente y terapeuta. El respeto al contrato establecido no es sólo muestra de respeto, y expresión de la honestidad y buena fe del terapeuta. Es deshonesto recibir tarde al paciente y no reponerlo el tiempo perdido, por ejemplo. Se debe guardar la CONFIDENCIALIDAD sobre la identidad y el material del paciente, pidiendo su permiso para publicar aspectos de su tratamiento en los artículos o presenten al público, comprometiéndose a ocultar los datos que lo identifiquen. El no hacerlo perturba el proceso y puede incurrir en un delito.

Debido a que cada vez se diluyen más las diferencias entre psicoanálisis y psicoterapia, ya que ambos se encaminan en conducir al paciente tan lejos como él quiera en la exploración de su inconsciente, sólo mencionaré los elementos diferenciales más importantes reconocidos sin discusión por el mundo psicoanalítico: posición sedente y mínimo cuatro sesiones semanales en el psicoanálisis versus cara a cara y hasta una sesión quincenal en la psicoterapia, que si bien resultan en una interacción distinta, no tienen

influencia sobre las posibilidades de libre asociación, regresión y emergencia de la fantasía inconsciente. Pero, mientras en psicoanálisis se pretende llegar a la neurosis de transferencia, cuya resolución es la cura del paciente y, por tanto, se interpreten todas las manifestaciones transferenciales, la psicoterapia se enfoca básicamente en las que son resistenciales. El psicoterapeuta puede ser, según el caso, neutral y abstinentemente o asumir un rol. Así pues, el psicoanálisis se enmarca más en los movimientos del proceso secundario, sin dejar de lado los entrelazamientos con el proceso primario.

Bibliografía

Anzieu, D. (1974). *El grupo y el inconsciente*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Bernard, H. S. y K. R. Mackenzie. (1994). *Basics of Group Psychotherapy* (pp. 189-216). Nueva York: The Guilford Press.

Bion, W. R. (1996). *Aprendiendo de la experiencia*. Buenos Aires: Paidós.

Bleichmar, H. (1981). *El narcisismo. Estudio sobre la enunciación y la gramática inconsciente*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

Díaz Polanco, I. *El grupo terapéutico en los albores del siglo XXI*. VI Congreso Nacional de AMPAG.

Etchegoyen, R. H. (1986). *Los fundamentos de la técnica psicoanalítica*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.

Ezriel, H. (1950). "A Psychoanalytic Approach to

- Group Treatment*". *Br. J. Med. Psychol.* XXIII: 59-75.
- Foulkes, S. H. (1963). "Psicoterapias y psicoterapia de grupo". En Kadis, A. L. Krasdner, J. D. y S. H.
- Foulkes (1982), *Manual de psicoterapia de grupo* (2ª reimpr.). México: Fondo de Cultura Económica.
- Foulkes, S. H. (1977). *Therapeutic. Group Analysis* (2nd print., cap. V. pp: 66-84). Nueva York: International Universities Press, Inc.
- Freud, S. (1948). *Obras completas* (vol. II, pp. 321-326). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Frijlinh-Schreuder, E. C. M. (1970). "On Individual Supervision". *Int. J. Psycho-Anal.* 51 (3): 363-370.
- Ganzarain, R. (1989; 1990). *Object Relations Group Psychotherapy* (pp: 23-46) (2nd ed.). Madison, Conn.: International Universities Press.
- Glover, E. (1995). *Technique of Psycho-Analysis*. Londres: Bailliere. Tindall & Cox.
- Grinverg, L., Langer, M. y Rodríguez, E. (1977). *Psicoterapia de grupo*. Buenos Aires: Paidós.
- Kaes, R. (1976). *El aparato psíquico grupal*. Barcelona: Granica Editor, S. A.
- Mackenzie, K. R. (1992). *Classics in Group Psychotherapy* (pp. 233-257). Nueva York-Londres: The Guilford Press.
- Maisonneuve, J. (1967; 1985). *La dinámica de los grupos*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Malan, D. H., Balfour, F. H. G., Hood, V. G., y Shootera, A. M. N. (1976). "Group Psychotherapy", *Arch. Gen. Psychiatry*, XXXIII, 1303-1315.
- Moore, B. E., y Fine, B. D. *A Glossary of Psychoanalytic Terms and Concepts* (2nd ed.). The American Psychoanalytic Association.
- Mullan, H., y Rosenbaum, M. (1962). *Group Psychotherapy. Theory and Practice* (cap. III. pp.: 45-64). Nueva York: The Free Press.
- O'Donell, P. (1974). *Teoría y técnica de la psicoterapia grupal*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- O'Donell, P. (1977). *Teoría de la transferencia en psicoterapia grupal*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Puget, J., Bernard, M., Gámez Chávez, G. y Romano, E. (1982). *El grupo y sus configuraciones*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Slavson, S. R. (1976). *Tratado de psicoterapia grupal analítica*. Buenos Aires: Paidós.
- Vives, J. (1989). "El mecanismo de la acción terapéutica en psicoterapia analítica de grupo". *Rev. Anal. Grupal. Número Especial.* 25-40.
- Wolberg, L. R. (1954). *The Technique of Psychotherapy* (2nd ed.). Nueva York: Grune & Stratton.
- Yalom, I. D. (1995). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy* (5th ed.). Nueva York: Basic Books.

BASES PARA LAS PARTICIPACIONES EN LA REVISTA CONSCIENCIA DE LA ESCUELA DE PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD LA SALLE CUERNAVACA

GENERALES.

Para las participaciones en la Revista ConSciencia de la Escuela de Psicología de la ULSAC se deberán observar los siguientes puntos:

1. Podrán participar con ensayos, artículos o documentos de otra índole (fotos, dibujos) todos aquellos psicólogos o estudiantes de psicología y aquellos que estén interesados en la ciencia psicológica y ciencias afines.

2. La revista comprende las siguientes secciones:

1. Editorial
2. Ensayos críticos
3. Artículos
4. Reseñas
5. Sección de estudiantes de psicología
6. Correo del lector
7. Psiconoticias

3. Limitar las participaciones de artículos y ensayos un máximo de 10 cuartillas, a un espacio, con letra 12, tipo Times New Roman, incluyendo bibliografía. Los cuadros o figuras deberán ir numerados, dentro del texto, con cifras arábigas. Los títulos de los cuadros y los pies de figuras deben ser claros, breves y llevar el número correspondiente.

4. Las reseñas no serán mayores de una cuartilla, a un espacio (sencillo), con letra 12, tipo Times New Roman, incluyendo bibliografía.

5. Los materiales propuestos para su publicación deberán estar escritos en español, en forma clara y concisa. Se entregará una versión impresa en papel tamaño carta y en programa Word.

6. Los ensayos son reflexiones críticas sobre determinados temas, y en este caso se recomienda que contengan tres secciones: 1. Introducción (objetivo o propósito del ensayo o, en su caso, hipótesis de trabajo, etc.), 2. Cuerpo del ensayo, en el cual el autor desarrollará el argumento de su trabajo, y 3. Conclusión.

7. Los artículos básicamente son resultados o aportes de investigaciones. Deben contener las siguientes partes: introducción, antecedentes y objetivos, metodología, resultados, discusión teórica y referencias bibliográficas. Los artículos deberán ir, en todo caso, acompañados de un resumen que muestre claramente los contenidos.

8. Para las referencias bibliográficas de ensayos o artículos, el autor debe apegarse al siguiente formato que, en general, sigue los lineamientos comúnmente aceptados: las referencias en los textos se anotan con

el apellido del autor y año de publicación entre paréntesis y de ser necesario el número(s) de página(s). Al final del texto se anota la bibliografía completa en orden alfabético y de acuerdo con el apellido y nombre del primer autor, año de publicación, título del libro o referencia en cursivas, lugar de impresión y editorial. Si la cita es textual se pondrá entre comillas y entre paréntesis se apuntará el nombre del autor y el año de la publicación con el o los números de la(s) página(s).

Al final del texto se anota la bibliografía completa. Si la cita textual es de más de cinco renglones, se sugiere que se escriba con letra 10, con renglones de 3 cm a 3 cm y se procederá de la manera señalada anteriormente. Por ejemplo: "...en la terapia uno tendrá que sacar ventaja en lo posible de los cambios ambientales (Bellak, 1980)..." y al final del libro en la sección dedicada a la bibliografía: Bellak, M.D. Leopold, Small, S.D., Leonard, 1980, Psi-coterapia breve y de emergencia, México: Editorial Pax. O también puede incluirse al autor sin paréntesis: por ejemplo, en un libro de Otto Klineberg encontramos el siguiente renglón: "Por una parte, Hartley y Hartley (1952) hablan de actividades físicas..." y en la sección dedicada a la bibliografía: E.L. Hartley y R.E. Hartley (1952). Fundamentals of Social Psychology.

9. Cuando se cita por segunda ocasión a un autor, se anota de nuevo su apellido y año de publicación o se puede hacer la referencia con las locuciones latinas utilizadas comúnmente para el caso, ambas opciones entre paréntesis. Si la cita es de internet se anota el nombre del autor o de la institución, nombre o título del artículo o ensayo, la dirección completa de la web y la fecha de extracción de la información.

10. Si la información proviene de una entrevista o de otra fuente, se anota el nombre del entrevistado o, en su caso, solamente como informante y la fecha, y/o como documento mecanografiado y en el estado en el que se encuentra (en proceso de publicación, etc.). Si es una fuente documental se anotan los datos disponibles, por ejemplo autor, nombre de la revista o periódico, fecha.

11. Por cuestión de costos, las gráficas que lleguen a incluirse en los textos deben ser en blanco y negro. Las fotografías en color, por las razones mencionadas, serán incluidas en blanco y negro.

12. Los trabajos serán revisados y en su caso aprobados por el Consejo Editorial en colaboración con el Consejo Científico.

13. Cualquier controversia acerca de los contenidos de la revista, no prevista en las bases, será resuelta por el Consejo Editorial.

Para recibir los trabajos o para más información comunicarse con Pablo Martínez Lacy, al correo electrónico: conpsic@ulsac.edu.mx, Teléfono: 311-55-25 ext. 852, Escuela de Psicología, ULSAC.

Revista

ConSciencia

de la Escuela de Psicología

Presidente del Consejo de Gobierno	Hno. Manuel Arróyave Ramírez
Rector	Mtro. Ángel Elizondo López
Vice-Rector	Ing. Oscar Mario Macedo Torres
Directora de la Escuela de Psicología	Mtra. María Elena Liñán Bandín
Editor Responsable	Mtro. Pablo Martínez Lacy



Nueva Inglaterra esq. Nicolás Bravo	t: (777) 311 5525
Col. San Cristóbal C.P. 62230	f: (777) 311 3528
Cuernavaca, Morelos, México	www.ulsac.edu.mx

www.ulsac.edu.mx