

RECURSOS PSICOTERAPÉUTICOS N° 11. DOS VENTANAS PARA LAS EMOCIONES.



Juan V. Gallardo C.

Del complejo léxico que alude a las distintas Reacciones Emocionales, y las distintas definiciones utilizadas destacamos una de Alice Miller quien entiende los “sentimientos” como aquello del orden del sentir y las “emociones” como aquello del orden del suceder del soma; pues pensamos que esta distinción retoma lo más simple de la naturaleza de ambos conceptos: sentir como “acción y efecto de sentir o sentirse”, y emoción como “modificación anímica que involucra una conmoción somática”.

Así pues, una primera aproximación nos permite distinguir que en el ámbito de lo “emotivo” no sería lo mismo “sensorialidad de emoción”, lo que puede sugerir un soma activo con la correspondiente representación sensorial pero también puede sugerir sensorialidad que imita el registro anterior pero sin la concordante modificación somática; que “emoción”, en tanto algo que refiere a su vez a una modificación somática con o sin su representante sensorial, pudiéndose implicar diferentes modificaciones somáticas con grados variables de correspondencia psíquica no necesariamente sensorializada y/o con diversos gradientes de sensorialización. De esta forma nos es más clarificador preguntarnos por las correspondientes relaciones entre lo fenomenológico (dado a la conciencia) y lo dinámico (procesos concurrentes) y podemos interrogarnos sobre que es lo que observamos una vez que se manifiestan ciertos signos emocionales en determinados eventos.

Sobre la base de lo anterior podemos entonces postular que:

- 1.- La conjunción constante de datos “respuesta emocional” no necesariamente refiere a un evento emocional.
- 2.- No toda percepción propia (auto percepción) o referida a otro de “sentimiento” refiere necesariamente a un evento “emocional”.
- 3.- Los sentimientos refieren a cualidades sensoriales pudiendo tener que ver o no con las emociones.
- 4.- Las emociones refieren a reacciones biológicas con funciones específicas: rabia, miedo amor, alegría y pena, y solo en su manifestación última se expresan bajo la forma de sentimientos.
- 5.- Existen emociones inconscientes.
- 6.- Las emociones en tanto sensorialidad deben corresponderse con el desarrollo de un complejo proceso de simbolización que eventualmente denominará dicha modificación somática.

En consecuencia podemos postular que en estricto sentido la comprensión del suceder emocional de una persona pasa por:

- a.- En lo personal, por la adquisición de un lenguaje (conjunto de símbolos) que se correspondan con determinada sensorialidades (conjunción constante propioceptiva) y conductas.
- b.- En lo intersubjetivo, por la distinción de la conjunción constante de datos y la aprehensión del hecho significativo que refiere a la existencia de una determinada reacción emocional en el otro - en última instancia con su respectivo correlato somático- y diferenciar este hecho de varias otras reacciones que semejan, emulan o refieren a la apariencia de las emociones pero que pertenecen a otros órdenes.

Así armamos nuestra primera Ventana de las Emociones:

REACCIONES	EMOCIÓN	NO EMOCIÓN
SENSACIÓN	EMOCIÓN AUTENTICA	EMOCIÓN REBUSQUE
NO SENSACIÓN	ALEXITIMIA	PERCEPCIÓN

- Ya hace mas tres décadas atrás, Eric Berne dentro del marco del Análisis Transaccional distinguía entre Emociones Autenticas y Emociones Rebusques diferenciando lo mismo que se ha expuesto anteriormente; y postulaba como criterios diferenciadores para la consideración de Emociones Autenticas, el cumplimiento de los siguientes requisitos.
- adecuación de la naturaleza de lo sentido al estímulo, evento y contexto del evento
- adecuación en términos de cualidad, duración e intensidad de la reacción y capacidad de resonancia por parte de un observador externo
- Nosotros, postulamos también que las Emociones Autenticas serían respuestas adaptativas referidas a objetos del entorno, (“emoción de o por...”) caracterizadas por la premura de tiempo de reacción y por la escasez de respuestas posibles de enfrentamiento; y que se podrían distinguir en:
 - Rabia para destruir obstáculos que impiden metas,
 - Miedo para evitar estímulos que amenazan integridad,
 - Alegría para mantener apego frente a objetos que gratifican necesidades,
 - Amor para mantener apego frente a sujetos que gratifican necesidades, y pena para desapegar al Soma de objetos y/o sujetos que en un momento gratificaron necesidades Sobre esta misma aproximación y relacionado con un sustrato bioquímico como anclaje en lo orgánico, entendemos la combinación de estas Emociones Autenticas como dando origen al espectro de la fenomenología de las emociones: Amargura (pena y rabia), Ironía (rabia y alegría), Melancolía (amor y rabia), etc...

A partir de estas consideraciones podemos, en consecuencia plantear nuestra segunda Ventana de las Emociones bajo la idea de al menos cuatro dominios de existencia con relación al mundo de la Reacciones Emocionales, que nos permitan ciertas hipótesis interesantes para entender la naturaleza y función de dichas reacciones. Para estos efectos usamos una Tabla de 2x2, construida a partir de las coordenadas “Origen” y “Ente”.

Por “Origen” queremos aludir a algo que refiere a la fuente original del elemento pulsional, y le asignamos 2 valores:

- a) del soma a lo psíquico, que llamamos Organísmico, y b) de lo psíquico a lo somático, que llamamos Psíquico.
- b) Por “Ente” queremos referir al Sujeto foco central de la actividad de recalculamiento psíquico, y le asignamos los valores de a) Yo, cuando estos recalculamientos apuntan a la función original de atender a la propia “función de reverie”, en términos de procesos y/o necesidades organísmicas, y Otro, cuando los recalculamientos se encuentran mediados, entorpecidos o bloqueados por los procesos y/o necesidades de un organismo externo.

Con estas consideraciones podemos entonces distinguir 4 tipos posibles de Reacciones Emocionales:

- Reacciones de un organismo que atiende a sus necesidades presentes de adaptación emocional, frente a estímulos y eventos específicos y que llamamos Emociones Reactivas.
- Reacciones de un organismo que atiende a ciertas necesidades presentes en el Otro, por vías atípicas de percepción: “identificación mimética”, ”identificación complementaria” y reproducen la sensorialidad de ese otro organismos, y que llamamos Emociones Contratransferenciales.

Reacciones mediadas por el impacto de la experiencia no constituida en aprendizaje y que se prestan para la obtención de determinados beneficios o intercambios. Generalmente ocurren frente a estímulos no tangibles que no son simbolizados adecuadamente y que se colocan sobre estímulos concretos para ser tramitadas, y que llamamos Emociones Instrumentales.

Reacciones de un organismo mediadas por el impacto de la experiencia de un Otro, que no han sido tramitadas y que se representan vía compulsión a la repetición cuando se dan determinadas condiciones que permiten que ellas sean actuadas, tramitadas sensorialmente o elaboradas, y que llamamos Emociones Transferenciales.

EMOCIONES	ORGANÍSMICA	PSÍQUICA
YO	REACTIVA	TRANSFERENCIAL
OTRO	CONTRATRANSFERENCIAL	INSTRUMENTAL

La atención a la naturaleza de la Reacción emocional, permite un salto del pensamiento fenoménico al dinámico enriqueciendo sustantivamente la comprensión del fenómeno intersubjetivo en curso, y entendemos que explorar las conjunciones constantes de ellas, así como el hecho significativo que las constituyen resulta en una poderosa herramienta del acontecer clínico.

ALGUNAS CONCLUSIONES REMARCABLES

- Las reacciones Organísmicas comprenden al aquí y ahora, y tratan sobre un asunto particular y sus aconteceres siguiendo más bien los decursos del suceder bioquímico a través de gradientes de concentración, tanto en su aparición como disolución.
- Las reacciones Psíquicas implican un allá y entonces, y tienden a ser más bien un estilo de reacción a la vez que sus aconteceres siguen más bien los decursos de la actividad eléctrica, tanto en su aparición como disolución.
- Las Emociones Reactivas dan cuenta de reacciones del Organismo expuestos a eventos contingentes donde la voluntad es un elemento coparticipante no interfiriente, y la Función Yoica participa reconociendo, vehiculizando y tramitando sus vicisitudes.
- Las Emociones Instrumentales son estrategias de consecución de propósitos a través de vías indirectas de intersubjetividad (manipulación, capricho, seducción, etc...).
- Las Emociones Transferenciales corresponden a la reedición de patrones antiguos de interacción, los que por su carácter extremadamente sensorial originalmente impidieron una adecuada tramitación, y durante largo tiempo se mantuvieron encriptadas (reprimidas) y retornan con un alto impacto en la función de percepción (interpretación delirante).
- Las Emociones Contratrtransferenciales corresponden a reacciones emocionales que reproducen estados emocionales de un otro, pudiendo ser comprensible a través de la observación del estado del otro (resonancia emocional, empatía), o por la captura de un hecho significativo no percibido conscientemente (identificación mimética, complementación a la identificación proyectiva del otro).

El capítulo de las reacciones contratrtransferenciales (no confundir con transferencia frente a la transferencia) es un tema muy desconocido en la actualidad.

Volver a Recursos Terapéuticos

PÁGINAS DEL PORTAL ALSF-CHILE

<http://www.alsf-chile.org> - <http://www.biopsique.cl> - <http://www.indepsi.cl>

Contacto: alsfchile@alsf-chile.org.