

RECURSOS PSICOTERAPÉUTICOS N° 27. OTRA FÁBULA BIOANALÍTICA: PENSADORES, PATALETEROS Y ROMANTICONES.



Juan V. Gallardo C.

A medida que trabajamos en la “pantalla de sueño”, con los elementos betas o representaciones saturadas de sensorialidad, y/o con los elementos alfas o representaciones abstractas no sensoriales; y a medida que estos elementos corrigen y regularizan sus funciones, ya sea en su cualidad de “representaciones cosas” es decir de lo que denotan o y/o de “representaciones símbolos” o de lo que connotan, cada vez se nos hace más evidente como el paciente empieza a pensar por sí mismo, a entender la reversibilidad de sus juicios, a tolerar los distintos grados de incertidumbre del acto de pensar, y a aceptar sus errores como elementos naturales de todo proceso de aprendizaje, para finalmente propender a hacerse responsable de sus propias decisiones, incluyendo el derecho de equivocarse y la posibilidad de corregir sus juicios.

Durante este proceso trabajamos con la consciencia permanente de que el ser humano no sólo está permanentemente inmerso en sus “sueños despiertos”, sino que éste además estando en ello es un “gran productor de pensamiento” que entremezcla lo cuerdo con lo insensato, lo lógico con lo absurdo, lo denotativo con lo connotativo, además de articular todo ello en series completas de narrativas de dispares consistencias internas y más o menos divorciadas de lo real, y que vive inmerso en discursos sociales cuya distancia con la realidad es a ratos espeluznante. En este quehacer, también entendemos que el tránsito hacia la legítima capacidad de pensar debe recorrer de vuelta las 4 etapas del Síntoma de Cronificación de la anulación del derecho a pensar¹, cuyo orden de retorno son:

- a) identificar y detener la producción automatizada de pensamientos
- b) experimentar e identificar el estado de paralización de la propia mente
- c) tolerar y aceptar el estado de confusión mental propio de un material cognitivo organizándose
- d) identificarse y eventualmente desidentificarse con los dos objetos que en el inicio dieron forma a este proceso traumático de dejar de pensar: el abusador y el desmentidor.

Paralelamente, al desandar este recorrido atendemos a los distintos estados sensoriales de la mente; Placer, Fluir, Displacer, y al uso que éste hace de las distintas Categorías de Pensamientos, ya sea la evitación, por ej.: de la capacidad de describir; ya el uso excesivo, por ej.: del pensamiento judicativo; ya sea el uso recto, por ej.: de la capacidad de relacionar, etc.² En este recorrido, considerando que existen fallas debidas a un **hipofuncionamiento** -ora por ausencia, carencia o deficiencia- tanto como por un **hiperfuncionamiento** -ora por sobreactividad, exceso o impotencia reactiva-³, desarrollamos una serie de recursos, que en líneas

1.- Ver Recurso N°26: “El mito de la travesía cordillerana”. Síntomas de cronificación y síntomas de retorno.

2.- Ver Recurso N°23. Sobre distintos tipos de discursos.

3.- La impotencia es una observación fenomenológica consecuencia de falta de energía del sistema, como de un exceso de energía, que ha obligado a intervenir en el sistema.

generales se orientan ya no sólo a la erradicación de uno u otro síntoma, o a la limpieza de una u otra área sino más bien a fortalecer la identidad del paciente, su autonomía, su capacidad de pensar, subyacente a aquellos que llamamos carácter genital, y una de cuyas características es el tránsito de un pensamiento lógico a uno tetralógico^{4,5}.

Un primer recurso que formulamos, consiste en plantear la existencia dentro de la comunicación humana de **Temas y Asuntos**, entendidos estos como:

Temas: narrativas fundadas en sistemas de creencias y prejuicios, saturadas de ideologías -en consecuencia de elementos betas-, con mayor o menor grado de consistencia interna -del delirio a la ilusión colectiva-, y que reproducen la estructura de un sueño despierto desde lo hipersimbólico - psicosis- hasta otros de carácter pseudodenotativos -cientificismo-, y de cualidad principalmente apodíctica. Los Temas en muchos casos, refieren a Objetivo -generalmente no declarado- e incluyen declaración de intenciones, pensamientos judicativos, y gran cantidad de recursos retóricos.

Asuntos: contenidos discursivos que intentan representar o comprender algún aspecto de la realidad cognoscible o por conocer, caracterizados por a) su consistencia interna o articulación lógico formal al interior del discurso, b) epistemología derivada o relación de dicho discurso con otros discursos de equivalencia lógica y c) condición de borde o capacidad de formular algún cuestionamiento que ponga a prueba los puntos a y b, y con cualidad principalmente hermenéutica. Los Asuntos, en muchos casos refieren a un Proyecto, lo que sugiere un propósito e incluyen series de procedimientos.

En base a esta distinción, presentamos los llamados “Trucos de la mente” o formas de atentar a la capacidad de sostener un dialogo, la capacidad de pensar del Otro.

- a) dividir el mundo en buenos y malos y ponerse uno en el lugar de los buenos y a los otros en el lugar de los malos
- b) creer que algo es verdad porque lo dice uno,
- c) enojarse como modo de hacerse sentir poderoso a uno mismo (y de paso de controlar al otro, si resulta)

A esto tres Trucos, agregamos tres Subtrucos

- d) definir la identidad del otro durante una discusión
- e) amenazar el vínculo durante una discusión
- f) los “contrafactuales” o la ilusión de lo que habría sido si no hubiera sido.

La comprensión de estos recursos, le permite al paciente el tiempo necesario para evitar su producción automática de pensamientos, y así poder mantener foco en sus cadenas asociativas más estables, que le posibiliten: volver al eje del Asunto, determinar si existe al frente un interlocutor o no, dejar de reforzar en el otro el uso excesivo de trucos, invitar al otro a un dialogo de Asuntos, etc. Conjuntamente a ello, gradualmente vamos introduciendo “anclas” para permitirle mantenerse en el plano de los Asuntos, en la medida que relacionamos “elementos alfas” vinculados a las experiencias emocionales sustanciales que hacen la diferencia entre la fenomenología o apariencia de algo (pseudo o protos), con la cualidad fenoménica de lo real.

Categorías orientadoras que neutralizan los trucos.

- a) la experiencia emocional del Amar es la capacidad de cuidar y del Amor propio la capacidad de auto cuidado

4.- Ver N° 14. Acerca de formas de pensar y discursos.

5.- Ver N° 18. Acerca de formas de pensar y discursos. II.

- b) la experiencia emocional del Odiar es la capacidad de dañar.
- c) la experiencia emocional del Pensar es la capacidad de dudar.
- d) la experiencia emocional de la capacidad de Autocritica es la capacidad de “corregir”

Con estos elementos relativamente internalizados, el paciente ya se encuentra en posición de distinguir mínimamente entre su “pensador” y sus “sueños” inaugurándose el proceso gradual de reencontrar su derecho a pensar, y de alinear sus capacidades cognitivas operatorias y abstractas, además de facilitar un mecanismo fluido tanto de identificación como de desidentificación con sus propias representaciones -Aprender a vivir-; como a distinguir entre Introyección, Proyección y Reintroyección -Aprender de la Experiencia-, y lo preparamos para desarrollar mejores niveles de Pensamiento Relacional y Capacidad de Sueño.

FABULA BIOANALITICA

Un artesano tenía su taller. Una mañana entró en el, se sentó en un taburete en el cual trabajaba, miró a su alrededor y se preguntó: ¿Qué me parece este espacio? y se puso a pensar concluyendo que le gustaba, que tenía los objetos que necesitaba para trabajar, tenía objetos que había elaborado a lo largo de los años y de los que no se había querido desprender, ahí se sentía cómodo, tenía música y un buen lugar para reposar cuando se cansaba. Y satisfecho con su respuesta se puso a trabajar.

Una semana después, se enfermó y durante una semana no fue a su taller. Cuando volvió, este estaba lleno de polvo, y el artesano molesto se puso a refunfuñar: este lugar es un chiquero, está lleno de cosas inservibles, debiera botar todas estas chucherías, etc., de pronto se detuvo y se dijo: que estoy diciendo si mi opinión sobre este lugar, ya la tuve hace una semana atrás y no tenía nada que ver con lo que digo ahora, entonces se respondió: ¡Ah, estoy con una pataleta!, y se calmó.

Pasó otra semana, y en su casa sostuvo una ingrata conversación con su hija, molesto por no haber logrado comunicarse con ella, se fue a su taller y a la media hora estaba feliz trabajando, escuchando música, y elaborando un artefacto original, y de pronto se descubrió pensando: ¡que maravilla esté lugar, tengo todo lo que quiero y necesito!; me encanta este espacio! y cosas por el estilo; de pronto se detuvo y se dijo: que estoy diciendo si mi opinión sobre este lugar, ya la tuve hace dos semanas atrás y no tenía nada que ver con lo que digo ahora, entonces se respondió: ¡Ah, me puse románticón!, y se calmó.

La fabula nos permite reflejar dos distintos estados de la mente, uno al que llamamos el “pensador”, que incluye el pensamiento reflexivo o relacional, el estratégico y la capacidad de sueño lucido; y otros dos que son estados de sueños despiertos que llamamos “pataletero” y “románticón”, facilitándonos anclar algunas reflexiones interesantes sobre el funcionamiento de la mente.

El pensamiento relacional es más sereno, no es lineal y es un poco más recursivo, se le puede asociar a la idea de “pensar en serio”. La sensorialidad es más graduada en su expresión y es menos intensa, si bien puede presentar un amplio rango de matices. Es temporo-espacial y conjuga en el mismo espacio el antes, el ahora y el después, además de tener reversibilidad de perspectiva. Es perfectible, uno no está tan preocupado de lo judicativo (juicios de valor) y si los tiene son de valores reflexionados en el tiempo (ética). Es comunicable e intercambiable. En suma es “denotativo” y lo que se representa refleja el orden de las cosas y se corresponde con el estado de la mente de fluir; cuando es connotativo lo hace con la conciencia de lo simbólico e hipótesis conjeturales de lo que se intenta denotar.

El pensamiento “pataletero” y el “románticón”, son dos tipos de pensamientos “connotativos” - no informan acerca del orden de lo real, pero sirven a un propósito-, y en ese sentido tienen más valor por lo que logran que por lo que expresan y, en consecuencia, por lo que esconden que por lo que muestran. Comunicacionalmente, se debe atender no a lo que dice el discurso (tema), sino a como ese discurso se instaló en la mente de esa persona, para que le sirve y que esconde (asuntos). Son muy sensoriales, y por lo

mismo apasionados, y en ese sentido exageran el valor de “lo sentido”, pero como forma de autovalidación para cancelar cualquier dialogo al respecto, y como contrasensorialidad al sentir de los Asuntos.

Mas allá de eso, la diferencia es que el “pataletero”, que también se llama paranoide, se caracteriza por que el sujeto culpa rabiosamente a otros (en realidad proyecta en la pantalla de sueños, sobre aquellos objetos que él llama los otros) y mientras lo hace siente que lo que dice es verdad (se convierte en sujeto supuesto de saber) y así creyendo que su discurso es denotativo, se asegura de no hacerse cargo de aquello que está escondido. Por lo general se aprecia a la base una suerte de “cobardía”, de no poder hacerse cargo de ciertos asuntos que se encuentran ocultos a su conciencia, pero relacionado con el tema de la pataleta (el poder, el control, la responsabilidad, el error, etc...), pero que el sujeto no puede convertir en pensamiento reflexivo porque está lleno de juicios de valor sobre si mismo (generalmente falsos, como la pseudoculpa, o la vergüenza). Más profundamente el pataletero presenta una lesión en su capacidad de expresar legítimamente su Rabia, para transformar la realidad según sus necesidades.

El pensamiento “romanticón” que también se puede llamar histérico, aunque también “masturbatorio o adictivo” se caracteriza por que el sujeto se hace sentir a si mismo algo, para evitar sentir otra cosa o hacerse cargo de aquello que esta demandando ser atendido. No importa el tipo de sensorialidad (gozosa, placentera, triste, melancólica, etc...) en todo los casos el propósito es no atender a lo que quedó pendiente. Es más peligroso que el anterior porque la persona no está tan dispuesta a renunciar a ese gozo, porque tiene que hacerse cargo de un pendiente, porque su propia desatención aumenta las implicancias de aquello desatendido, y porque el sujeto no cree que sea posible algo distinto. Más profundamente el romanticón presenta una lesión en su capacidad de “soñar” y una pérdida de la ilusión.

Nuestro artesano de la fábula, logra en un segundo momento sentarse en su taburete y hacer tanto de su “pataleta” como de su “romanticón” un tema de reflexión, para descubrir que el pulso del primero había sido su propia conciencia crítica de haber desatendido el estado de su taller durante su enfermedad, y de haber sido un tanto indolente respecto a preocuparse del cuidado, aseo y orden del mismo; y sobre lo segundo su falta de ilusión en que el vinculo afectivo padre-hija tenía el potencial de dirimir diferencias de opinión entre ambos.

Compartida la Fábula, junto con enfatizar la importancia de identificar los propios estados mentales -así como el de los demás- y con sugerirle a los pacientes que anden con un propio taburete mental desde el cual poder reflexionar sobre sus estados mentales, los preparamos para posteriormente poder explorar y comprender como se instalaron dentro de sí esas categorías, cuanto de ellas han regulado su conducta, como estas impiden su propia adultización y, finalmente, como convertir esos dos estados psíquicos en material simbólico generador de aprendizajes.

¶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.