

Posibilidad epistemológica, fundamentación hermenéutica y factibilidad fenomenológica de una psicoterapia centrada en la consciencia

Mtro. Christian Omar Bailón Fernández¹

RESUMEN

Mediante este artículo se reflexiona sobre aquello que enclaustra o posibilita una mirada integral de la psicoterapia, a la luz de una epistemología basada en el paradigma de la complejidad. Aludiendo a las investigaciones en teoría sistémica y teoría del caos, se entrevé una trama comprensiva de los procesos psicológicos en dinámicas de organización y reorganización, y la posibilidad bifurcativa de los sistemas en aumento de complejidad posible desde las estructuras disipativas. A través de ello se enlaza el concepto de consciencia como la estructura principal que posibilita el psiquismo y que cohesiona las psicoterapias. Por último se exponen las conclusiones sobre diversas propuestas en torno de una psicoterapia centrada en la consciencia promotora de una cosmovisión integral.

Palabras clave: consciencia, complejidad, caos, integral, sistémico, transpersonal

ABSTRACT

Through this article it propose a review about the impossibilities or possibilities to elaborate an integral view of psychotherapy, in the order of an epistemology based on the paradigm of complexity. Referring to research in systems theory and chaos theory, can observe a comprehensive web of psychological processes in a constant dynamic of organization and reorganization, and the possibility of bifurcation of the systems in order to increasing its complexity trough the dissipative structures. In this line, in this line, the consciousness it recognized as the main structure that allows all the psyche content and for that reason that is implicated in all modalities of

¹ omarbailon@unag.mx

Licenciado en Psicología por la Universidad del Valle de México, Maestro en Ciencias de la Educación por la Universidad del Valle de México y Doctorando en Desarrollo Humano por la Universidad Antropológica de Guadalajara. Psicoterapeuta, Profesor e Investigador, actualmente profesor de la Universidad Antropológica de Guadalajara y miembro del comité editorial de la revista Pilares de la Universidad.

psychotherapy. Finally that work expose findings on various proposals are set around a consciousness focused psychotherapy that promotes a comprehensive worldview.

Keywords: consciousness, complexity, chaos, integral, systemic, transpersonal

INTRODUCCIÓN

Al observar el panorama de las psicoterapias actuales se entrevé, en primera instancia, un laberinto de epistemologías, paradigmas y modelos que no parece tener una salida común. Ante la incertidumbre del cliente, paciente, persona o grupo, el profesional de la salud mental ha de encarar, aislado en su torre de marfil, con las armas que su propia escuela le ha brindado, el mundo vasto y poblado de significaciones, elucubraciones, *lapsus*, *insights*, *awareness*, contacto, relaciones, construcciones, resonancias, arquetipos, mitos, ensoñaciones, fantasías, defensas, creencias, bloqueos, corazas que despliega su universo según la óptica del antropólogo del psiquismo que se encuentra frente a él o a sus espaldas. En este escenario imaginario brevísimo que se presenta, de los cotos prescriptivos que acontecen en la comprensión de aquello que llamamos psicológico, la creatividad hace una danza con el *zeitgeist* desde donde nace cada movimiento, pero hoy estamos maduros para el azar, para la ambivalencia, para el desorden y para el caos, por ende para el diálogo, para la alteridad, para la complejidad (Pániker, 2001, Morin, 2003).

Desde una visión pluralista, se puede observar en cada aportación por parte de las escuelas psicoterapéuticas, una dimensión del conocimiento humano parcial, que ha de poder complementarse con otros descubrimientos desde otras escuelas psicoterapéuticas:

(...) el mayor problema de la psicoterapia occidental parece ser el hecho de que, por diversas razones, cada investigador ha fijado primordialmente su atención en un determinado nivel de la conciencia y ha generalizado sus descubrimientos a la totalidad de la psique humana. (...) Por consiguiente, a pesar de que muchos de los sistemas existentes pueden ser utilizados en ciertas etapas del proceso experiencial de autoexploración, ninguno de ellos es lo suficientemente amplio ni completo para justificar su uso como único

método. La psicoterapia y la autoexploración, para ser realmente eficaces, necesitan un marco teórico amplio, basado en el reconocimiento de los múltiples niveles de la conciencia que se sobreponga al chauvinismo sectario de los enfoques actuales (Grof, 2008, p. 165).

Así, sin la propuesta psicoanalítica no reconoceríamos toda aquella metapsicología fundante del psiquismo del sujeto o el entretreje de la trama simbólica por función del establecimiento de las relaciones de objeto, pero no es factible que por ello se deje de observar la capacidad noética del ser humano que es posible con respecto a su existencia, la auto-eco-organizatividad del hombre en el mundo, su capacidad organísmica y tendencia actualizante, su solaridad corporal, o la manera en que operan en el hombre y su circunstancia los esquemas mentales y condicionantes ambientales. Sin embargo, de ello surge la problemática sobre qué tipo de epistemología puede abarcar tales elementos de diferentes cosmovisiones, de ser ello posible.

EPISTEMOLOGÍA DE LA COMPLEJIDAD EN PSICOLOGÍA

El hombre desde una mirada compleja participa de una multidimensionalidad holónica, es decir, totalidad y parte que forma parte de otra totalidad que también es parte. En éste, hay una serie de elementos complejos que componen una unidad bio-psico-social de manera circular, activa y retroactivamente². En la comprensión de ello, es posible vislumbrar, desde una epistemología de la complejidad, la subjetividad humana ya sea a nivel individual o grupal, comprendiendo que todas las teorías clínicas en psicología son factibles de ser explicadas, en razón de entender a la psicoterapia como un proceso de crisis-desorganización-reorganización psicológica orientada al aumento de la complejidad enriquecedora de los individuos o grupos que participan en esos procesos (Almendo, 2002). Esta visión ventila una propuesta explicativa integral de la psicología basada en la teoría del caos, que implica una serie de elementos que a continuación se afrontarán.

En primera instancia, a lo largo de la historia de la psicoterapia, se bosquejó una comprensión de los elementos que confluyen en un proceso terapéutico a partir de explicaciones que englobaban las dinámicas de fuerzas por medio de flujos de energía (Fernández y Rodríguez, 2001). Esta concepción perduró en los diferentes modelos subsecuentes que se plantearon organísmicamente. Más tarde, a partir de la teoría de los sistemas, se fundó una comprensión de estos procesos como operaciones de intercambio entre sistemas a través de la información. Siendo ésta

² Afectivo-corporal-cognitivo-conductual-interaccional, entre otros.

perspectiva no una visión excluyente de la comprensión energetista sino complementaria (Bertalanffy, 1968). A partir de esto, tal concepción estructural resolvió desembocar los diversos modelos de psicoterapia al ámbito de la comunicación y la conversación, comprendidas sobre todo desde su definición clásica meramente en su acepción positiva, digital, relegando los medios analógicos mediante los cuales también y fundamentalmente, asiste, subsiste y persiste la información, rechazando todos los elementos analógicos del campo psicoterapéutico como son la experiencia, lo corporal y lo emocional debido a una visión estructural digitalista. Al “confundir lenguaje y comunicación, los estructuralistas confunden lo analógico y lo digital” (Pániker, 2001, p. 293).

Enfoques más abarcadores interpretaron la concepción de la información desde el punto de vista de la cibernética, resultando más bien en la comprensión de la información como un proceso interactivo y retroactivo, analógico y digital, en donde el observador modifica lo observado y se pierde la referencialidad incluso, en tanto que se estructura un nuevo sistema:

La relación ecosistémica no es una relación externa entre dos entidades cerradas, sino una relación integradora entre dos sistemas *abiertos* que, constituyendo cada uno de ellos un todo por sí mismos, no dejan de formar parte el uno del otro (Morin, 2008, pp. 30-31).

En este rubro de intercambio, se señaló que los procesos de entropía positiva y negativa subyacen a todos los sistemas (Bertalanffy, 1976). “Un sistema es una entidad cuya existencia y funciones se mantienen integradas por la interacción de sus partes” (Garibay, 2013, p. 5), abiertos y cerrados, los abiertos, que son aquellos comunes en el ámbito humano, se mantienen parcialmente constantes mediante la autorregulación, conservándose en constante probabilidad de alto orden e incluso en evolución creciente hacia la diferenciación y organización vía el incremento de su complejidad. Estos mismos sistemas se encuentran abiertos al flujo de la entropía, que es aquella información novedosa generadora de caos y por ende de cambios y a su vez, de la neguentropía, que es información que mantiene constante al sistema, en orden, dinámica común a los sistemas que rondan entre las fluctuaciones de desorganización y reorganización constante (Garibay, 2013). Los sistemas vivos son abiertos, pues reciben aportes del exterior a partir de su interacción con el medio y este intercambio es informacional; el individuo constituye un sistema en sí mismo, que participa con otros sistemas en una relación ecosistémica hipercompleja.

Ahora bien, en el caso del individuo como unidad de comprensión bio-psico-social, que acontece como principal realidad holónica de los procesos psicológicos, esta información entrópica y neguentrópica productora de caos u orden, no acontece en él meramente en una dimensión, ya sea cognoscitiva, afectiva, corporal, biológica, interaccional o conductual, sino que se encuentra entrelazada en la totalidad-parte que el individuo supone, y toda dimensión en el hombre participa hologramáticamente de los cambios morfogénéticos que en él participan debido al intercambio informacional del que es parte en su relación dinámica, tanto así que, como es bien sabido en los enfoques sistémicos, estos cambios incluso modifican todas las relaciones que acontecen en una de las partes del sistema. No se puede constreñir el intercambio informacional a un sólo ámbito o dimensión de lo humano, puesto que la información es el elemento organizador de la estructura de los individuos como totalidades-parte³.

Estas interacciones, en sistemas abiertos, mantienen a los sistemas -aunque con cierta constancia u homeostasis- en posibilidad de incremento de novedad u entropía, y por ende, en posibilidad de reorganización. Pero esta constante posibilidad organizativa es precisamente, tanto aquella que desemboca las crisis, como aquella que erige la transformación en los seres humano, y por ello, un elemento fundamental a comprender desde el punto de vista de la psicoterapia, pues las metas psicoterapéuticas buscan alterar los modos en que el sistema mantiene su organización cuando esta es deficitaria, lo cual es la común definición de lo sintomático desde esta perspectiva. Esta desorganización nutritiva que busca producir el profesional pretende, a partir de ahí, la promoción de una reorganización del sistema presente que provoque una diferencia cualitativa mayormente adaptativa (Kenney, 1994).

Un sistema equilibrado retorna a su estado inicial cualquiera sea la perturbación a la que se encuentre sometido. Por el contrario, un sistema abierto y no equilibrado puede, en condiciones particulares, evolucionar hacia modos alternos de funcionamiento dependientes de la historia del sistema. Las intervenciones psicoterapéuticas en este sentido buscan no sólo interpretar y hacer notar, sino alejar al sistema del equilibrio con significación patológica, mediante el incremento de una complejidad enriquecedora del sistema para que, a partir y a través de ello, las fluctuaciones se amplifiquen hasta cambiar su funcionamiento a través de la emergencia de una bifurcación, es decir, de una nueva posibilidad integradora (Elkaim, 2005). De esta comprensión surge el término de estructuras

³ Principio hologramático anteriormente aludido.

disipativas (principio de no reversibilidad), que expresa el surgimiento de nuevas organizaciones y formas de orden en escenarios de mayor inestabilidad (Capra, 1996).

Estas formas de complejidad creciente que aquí se enuncian, pueden surgir, sólo en la medida en que tales sistemas obtienen la capacidad de tomar del medio la energía e información adecuada para tal reorganización, ahí se encumbra el rol fundamental de la psicoterapia:

Una perspectiva compleja del sí mismo y de las relaciones propone que pueden coexistir e interactuar diferentes dominios atractores con modalidades de interacción, prácticas sociales, sistemas de significaciones y afectos convergentes, alternativos o contradictorios (...). La heterogeneidad del sí mismo y de la familia se organizaría, así, en cada momento con dominios atractores que, aunque distintos, están relativamente coordinados en configuraciones complejas (Fried Schnitman, 1992, p. 254).

LA CONSCIENCIA COMO FENÓMENO PRINCIPAL DE LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS

La mente como constructo global que acapara las operaciones de significado y de aprehensión simbólica en el ser humano, es un fenómeno relacional, al surgir de la interacción entre los individuos y el medio (Maturana & Pörksen, 2004; Bateson, 1991). La mayor parte de estos procesos informacionales, del aprendizaje y de las formaciones internas de significado que adquirimos por vía de la interacción, así como las conformaciones autoorganizativas que se generan en nosotros, son inconscientes, y por ende analógicas, basta, para dar cuenta de ello, el reconocimiento de las operaciones constructivas internas que generan los individuos durante el sueño. Sin embargo, a este punto, se hace esta distinción porque el ser humano tiene la capacidad de cierta consciencia, que no es sino la posibilidad de atención, de seleccionar objetos para su aprehensión perceptual:

Para tomar posesión del saber atento, le basta volver en sí, en el sentido en que se dice que vuelve en sí un hombre desvanecido. De modo recíproco, la percepción no atenta o delirante es un sopor, un semisueño. Sólo puede describirse con negaciones, su objeto carece de consistencia; los únicos objetos de que puede hablarse son los de la consciencia despierta. (...) El acto de atención es, en fin, incondicionado, puesto que tiene

indiferentemente todos los objetos a su disposición (...) (Merleau-Ponty, 1993, pp. 49-50)

En este sentido es que se establece que, el paso de la inconsciencia a la consciencia sucede mediante el mecanismo de la objetivación, pues “el desdoblamiento de consciencia le permite al sujeto tratar (...) como objetos, todas sus actividades” (Morin, 2010, p. 208) debido a esto, todo aquello que no se quiera sea automático de la conducta, relaciones y manifestaciones mentales, ha de ser concientizado para su posible control y modificación posterior mediante la recuperación a la consciencia, pues aún la misma tendencia al control en un individuo, para ser desautomatizada, ha de tenerse presente en la consciencia. Sin embargo, en el reconocimiento de que esta concientización es constantemente parcial, pues no alcanza a traer a la superficie todo el carácter sistémico de la mente (lo cual puede hacer mejor, emergentemente, la analogía, la poesía, el arte y el mundo onírico) (Bateson, 1991), se reconoce que la comprensión de los fenómenos psicológicos a la luz de la consciencia es un elemento fundamental que posibilita o no la comprensión y reorganización, no sólo de los aspectos del mundo y de la vida interior a cierto nivel o dimensión, sino a todos los niveles y dimensiones:

En un principio la consciencia es epifenoménica. No obstante, puede extenderse poco a poco hasta cubrir todas las actividades del espíritu, todos los conocimientos sobre el mundo y sobre sí mismo. La consciencia puede retroactuar entonces sobre el inconsciente de donde procede (Morin, 2010, p. 210).

Se puede comprender esta consciencia como un fenómeno sistémico desde el momento en que se concibe como “la capacidad de abarcar aquellas relaciones que nos constituyen, es un acto de integrar y dirigir que se produce continuamente. (...) No es un mero estar frente a las cosas y los fenómenos, sino un espectador que observa y también una instancia actuante con funciones regulativas” (Gebser, 2011, p. 307). Esta capacidad regulativa y posibilidad integrativa que ejerce la consciencia ha de suponer un modo de organización en el individuo frente a sí mismo, frente a los otros y frente al mundo.

A este punto, se aborda su antítesis que es la inconsciencia y que se manifiesta como automatismo, el individuo objetiva su mundo interno y construye una relación mediante su observación con algún fenómeno de su mundo interno o externo, sea pensamiento, emoción, mismidad, corporeidad, voluntad, instinto, modo de relación o conducta, para mediante esto traer a la consciencia y posibilitar

su desautomatización. Todas las escuelas psicoterapéuticas han participado de esta actitud y comprensión; las perspectivas psicoanalíticas al promover la concientización del material inconsciente a la cognición, las perspectivas humanistas al sensibilizar entre la congruencia de la vida del individuo con su afectividad inconsciente, los modelo cognitivo-conductuales al hacer explícitos los condicionamientos automáticos del pensamiento y la red de configuradores ambientales de la respuesta individual, el enfoque sistémico al intervenir en los organización homeostática relacional que obliga a los individuos a interactuar cíclicamente en bucles retroalimentatorios, los modelos corporales y transpersonales al explícitamente buscar la potencialización de la consciencia que permita la construcción integradora de nuevos modos de vivir más enriquecedores y bienestarosos:

Las estructuras que nos interesan particularmente son aquellas para cuya activación se requiere cierto nivel de atención/percatación. La atención/percatación actúa en este sentido como energía psicológica. La mayor parte de las técnicas de control mental son maneras de desplegar la energía de atención/percatación y otros tipos de energía de modo tal que se activen las estructuras (rasgos, habilidades, actitudes) deseadas y se desactiven las estructuras indeseadas (Tart, 1982, p. 170).

HACIA UNA PSICOTERAPIA CENTRADA EN LA CONSCIENCIA

De esta manera es posible comprender un suelo común entre las diversas perspectivas en psicoterapia, pero cada modelo no es únicamente un modo de abordar la realidad psíquica del individuo, sino también, un modo de comprender la salud mental con incluso características éticas implícitas en cada uno de los modelos en función de un modo de vivir saludablemente según cada perspectiva. Sobre esto, es importante analizar que a lo largo de la psicoterapia han existido dos grandes rubros respecto a esto:

- Los modelos con una finalidad de adaptación funcional y de cambio particular.
- Los modelos donde existe la búsqueda de una transformación vital o de sentido de la persona respecto su vida.

Diversos autores han abogado por una u otra de estas perspectivas como vía legítima de los procesos psicoterapéuticos, en diversos debates, encaramados en sus posiciones sin llegar a ningún lugar común. Más allá de abonar argumentos

para una u otra posición, aquí se esbozará y defenderá una proposición particular que puede verse como integradora: como parte de un tránsito complementario, en la medida de lo posible será deseable la transformación en los individuos, pero debido ya sea a las demandas del cliente o a ciertas funcionalidades institucionales, legales o de otros tipos, siempre será posible cuando menos la posibilidad de una reintegración funcional, es posible establecer diagnósticos y modos de intervención que recuperen ciertas metas funcionales y adaptativas como metas a corto plazo y a la misma vez elaborar metas más trascendentes o transformativas como logros posibles en la medida que se cumplan una serie de objetivos más “mundanos”.

En síntesis, se puede pensar que, en este sentido, si todos los procesos de trabajo psicológico en sus diversas modalidades epistemológicas suponen el entrelace desde una concientización por parte del individuo, familia o grupo, sobre los diferentes elementos y/o dimensiones que engloban la totalidad del individuo, familia o grupo, en función de la restauración de cierta armonía o reorganización interna/externa en razón ya sea de suprimir los automatismos generadores de desorganización o de comprender más profundamente aquello que sucede para desarrollar una visión ampliada que trascienda las dicotomías sintomáticas (Eliade, 2005), en ambos casos, la psicoterapia centralmente cumple una designación esencial que es con respecto a la consciencia. Por esta cuestión, aquí se explicita la constitución de un modo de comprender la psicoterapia más amplio, integral y unificador desde una perspectiva centrada en la consciencia.

El término de una psicoterapia centrada en la consciencia no es plenamente innovador por mi parte, surge como propuesta particularmente del Doctor e Investigador Daniel Sidelski (2007) que a su vez se ha basado en la perspectiva de Ken Wilber aterrizando sus planteamientos en una cosmovisión mucho más específica del trabajo psicoterapéutico, la investigación aquí presente es meramente una extensión reflexiva sobre los elementos que puede implicar un paradigma de esta índole a nivel epistemológico, fenomenológico y pragmático. También puede analizarse un trabajo complementario con respecto a estas perspectivas en los análisis de Mark Forman (2010).

Con respecto a la consciencia se han abordado las implicaciones y la dinámica que acaece a sus funciones, sin embargo hasta este momento no se ha hablado en particular sobre el estado o los estados posibles de la consciencia. Podemos decir que existen ciertos estados de consciencia que no son naturales o dados, sino meramente una construcción de factores complejos, el estado de la consciencia de cada individuo y los estados de consciencia que albergan cierto

grupos sociales o comunidades son una construcción sistémica que se organiza por diferentes elementos entrelazados (Tart, 1982).

Forman (2010) plantea que, en el individuo, un estado de consciencia se caracteriza por cierta percepción y/o definición del mundo, cierto espectro emocional, cierto modo de procesamiento de la memoria, una estructura particular de definición del sí mismo y un conjunto o repertorio de patrones conductuales de respuesta hacia el entorno. Con respecto a ello únicamente añadiré un elemento más; un estado de consciencia supone también y sobre todo, un modo relacional con uno mismo, el mundo y los otros. Como anteriormente se ha visto, esta cosmovisión de Forman y Sidelski concuerda muy bien con lo que anteriormente se ha argumentado como una configuración hologramática y organizativa del sistema individual; si la consciencia es un mar, un estado de consciencia es una foto actual del mar.

Si únicamente “allí donde la conciencia ha superado su condicionalidad y limitación temporal numinosas, logra escapar del peligro de dividir el todo en una oposición o antítesis que le es ajena” (Gebser, 2011, p. 307), entonces, dependiendo de la estructura de la conciencia en que se encuentre un individuo será aquella escisión de la totalidad desde la que parte, pues en la medida en que la concientización que constantemente adquirimos es parcial (excepto de ser posible la iluminación total de la inconsciencia y por ende una concientización absoluta) es viable comprender ciertas estructuraciones o estados de la conciencia que van incluso de estructuras más simples y deficitarias a estructuras más complejas y enriquecidas; el desarrollo de la conciencia ha de gestarse a lo largo de un proceso de aceptación e integración hacia la superación de lo negado por vía del acceso al todo en el reconocimiento de que los límites entre nosotros mismos, los otros y el mundo son meramente límites autocreados, socialmente contruidos, si acaso parcialmente funcionales y no esenciales o de lo contrario hemos de padecer el permanecer en una inconsciencia de una visión fragmentaria y segregada de la totalidad interna y externa (Morin, 2010; Wilber, 2000).

VISIÓN INTEGRAL DESDE UNA PSICOTERAPIA CENTRADA EN LA CONSCIENCIA

Wilber se fundamentará para plantear esto en los trabajos de diferentes investigadores de la conciencia o del desarrollo de la madurez socioafectiva, como es el caso de Kohlberg, Graves, Gebser o Piaget que va desde una existencia en función de un modo de vivir “desde lo subconsciente hasta lo autoconsciente y lo

supraconsciente” (Wilber, 2000, p. 46), de tal manera que supone un desarrollo evolutivo:

Cada uno de los estadios o fulcros por los que atraviesa el yo supone, en el mejor de los casos, una diferenciación (trascendencia) y una integración (inclusión), en la que el yo comienza diferenciándose del nivel inferior (es decir, del cuerpo), luego se identifica con el superior (la mente) y, finalmente, acaba integrando la mente conceptual con las sensaciones corporales. Es por ello que un problema en cualquiera de estos puntos desencadena una patología, una malformación, una lesión o una contracción en él, de otro modo, expansivo proceso de desarrollo del yo. Así pues, si la mente no consigue diferenciarse de los sentimientos corporales, puede verse desbordada por emociones muy dolorosas y con ello no sólo me refiero a experimentar emociones muy fuertes, sino a llegar a zozobrar, puede experimentar frecuentes e histriónicos cambios de estados de ánimo y puede tener grandes dificultades para controlar los impulsos y originarse un estancamiento evolutivo en este punto. Por otra parte, si la mente y el cuerpo se diferencian pero no llegan a integrarse (o si esa diferenciación va demasiado lejos y acaba convirtiéndose en disociación), el resultado es una neurosis clásica en la que las estructuras mentales (el ego, el superego o una conciencia demasiado severa) acaban reprimiendo a las sensaciones corporales (Wilber, 2000, p. 160).

De acuerdo a la perspectiva de Mark Forman (2010, traducción propia) se pueden desglosar los estadios con una serie de correspondientes psicopatologías (se recomienda analizar el texto completo ya que por cuestiones de abreviatura y transliteración se pierde complejidad):

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	OBJETIVOS DE DESARROLLO
Estadios pre-personales	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada	Estado 1: 1) Identificar el cuerpo físico como una entidad funcional independiente del exterior. 2) Comprender que los objetos son distintos a las personas.
	Estado 1/2: Emocional-relacional	Estado 1/2:

	<p>Estado 2: Mágica-impulsiva</p>	<p>1) Consiste en diferenciar y establecer límites para el self emocional propio.</p> <p>Estado 2:</p> <p>1) Utilizar la habilidad para pensar simbólicamente en la organización de la identidad: organizar el pensamiento y la emoción mediante su representación a través de palabras e imágenes.</p>
<p>Estadios precoz-personales</p>	<p>Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora</p> <p>Estado 3: Mítico-conformista</p>	<p>Estado 2/3:</p> <p>1) Comprensión de la utilidad de las reglas grupales como marco de referencia que brinda seguridad y protección contra los abusos, además del desarrollo de la empatía.</p> <p>Estado 3:</p> <p>1) Consiste en la creación de significado a partir de los mitos, y en la identificación de la experiencia de vida personal con los grandes sistemas colectivos de símbolos.</p>
<p>Estadios medio-personales</p>	<p>Estado 3/4: Convencional-interpersonal</p> <p>Estado 4: Racional-autocreadora</p> <p>Estado 4/5: Relativista-sensible</p>	<p>Estado 3/4:</p> <p>1) Desarrollo de la introspección y la capacidad para "verse desde afuera", es decir, "pensar sobre el pensar". Una manera de identificar a una persona con esta estructura es cuando a pesar de funcionar de modo racional parece atrapado por las expectativas de los demás.</p> <p>Estado 4:</p>

		<p>1) Además de la consolidación de la identidad, el desarrollo del pensamiento crítico acerca de los absolutos y las normas de grupo.</p> <p>Estado 4/5:</p> <p>1) Por un lado, el reconocimiento de que la realidad depende del punto de vista del observador, y por otro, el reconocimiento del fallo de la racionalidad para explicarlo todo.</p>
Estadios tardío-personales	<p>Estado 5: Integrada-multiperspectival</p> <p>Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica</p>	<p>Estado 5:</p> <p>1) Consolidar un balance relativo entre mente y cuerpo, razón y emoción, derivado del darse cuenta de la naturaleza dialéctica del self: un conjunto de incontables pares de opuestos, extremos a los que hay que conceder igual importancia.</p> <p>Estado 5/6:</p> <p>1) Posibilitar la integración entre la comprensión transegoica que empieza a surgir y el mundo cotidiano de la vida, a través de la desidentificación con los procesos egoicos en un dejarlos ir, aprendiendo a aceptar la naturaleza paradójica del pensamiento y la concepción de sí mismo sin angustia.</p>

Con respecto a la psicopatología posible en cada estado (Forman, 2010; Wilber, 2000):

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	PSICOPATOLOGÍA
		Estado 1: esquizofrenia y autismo.

Estadios personales pre-	Estado 1: Sensoriomotriz-Indiferenciada Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-Impulsiva	Estado 1/2: trastorno narcisista o borderline. Estado 2: psiconeurosis: fobia, histeria, ansiedad o depresión neurótica, hipocondrías, trastorno obsesivo compulsivo, etc.
Estadios personales precoz-	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-conformista	Estado 2/3: desorden oposicional desafiante en niños, en adultos es el trastorno antisocial de la personalidad. Estado 3: patología de guion (familiar).
Estadios personales medio-	Estado 3/4: Convencional-interpersonal Estado 4: Racional-auto-creadora Estado 4/5: Relativista-sensible	Estado 3/4: patología de rol (social). Estado 4: patología de identidad Estado 4/5: patología de individuación
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	Estado 5: patología existencial Estado 5/6: patología espiritualidad/mundanía
Estadios transpersonales	Estado 6: Absortivo-presencial	Estado 6: episodios psicóticos/inflación psíquica/Pseudo-nirvana/La noche oscura del alma/Falla identificación-integración
No estadios	Identificación No-dual	Identificación No-dual

Entonces ciertas sintomatologías posibles (Sidelski, 2007):

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	PSICOPATOLOGÍA
	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada	

Estadios personales pre-	Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-impulsiva	Estado 1: delirios, alucinaciones, angustia psicótica Estado 1/2: omnipotencia, devaluación, inestabilidad afectiva, sexualidad polimorfa, angustia de supervivencia, experiencia de vacío abismal Estado 2: angustia de castración, dificultades sexuales, dificultades interpersonales íntimas, conversiones
Estadios personales precoz-	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-conformista	Estado 3: dificultades interpersonales especialmente referidas a la autoridad, subpersonalidades reprimidas que generan conflictos interiores
Estadios personales medio-	Estado 3/4: Convencional-interpersonal Estado 4: Racional-auto-creadora Estado 4/5: Relativista-sensible	Estado 4: dificultades para comprometerse, angustia de identidad, poca claridad en los objetivos de su vida, contradicciones entre pensamientos, discurso y acciones, conflictos de autonomía-dependencia interna
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	Estado 5: depresión existencial, falta de autenticidad, soledad y extrañeza existencial, falta de autorrealización, ansiedad existencial

--	--	--

Cabe destacar que son mapas orientativos, no realidad fácticas incontrovertibles, en términos de la complejidad que implica la estructuración yoica o sistémica, se pueden ver estas tablas meramente como metáforas guía, además de que puede haber disparidades entre el discurso del paciente/cliente/persona o grupo y lo que experimenta internamente, por ejemplo, las personas o familias en estadios prepersonales podrían pensar que pasan por una crisis existencial cuando ésta es de otro tipo, el profesional debe discernir de manera compleja la óptica desde la cual se categorizan las manifestaciones sintomáticas del cliente/paciente/persona o grupo. En este sentido, el profesional que decida abordar desde una perspectiva metapsicoterapéutica como lo es una psicoterapia centrada en la consciencia, al concebir el desarrollo de la consciencia desde la simplicidad a la complejidad, elaborará también un modo de intervención acorde al estado en el que su paciente/cliente/persona o grupo se encuentra, utilizando las herramientas que son más útiles para su desarrollo en función ya sea de metas adaptativas negociadas entre el paciente/cliente/persona o grupo y el terapeuta, pero también con una prospectiva de posibilidad de su desarrollo más óptimo, al tener un mapa bastante enriquecido de las potencialidades de crecimiento del paciente, que a su vez supone estilos relacionales diferenciados en reconocimiento explícito de que a menor desarrollo personal es necesario un incremento de la directividad en la relación terapéutica y a mayor desarrollo personal una mayor flexibilidad y no-directividad (Forman, 2010; Sidelski, 2007):

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	TRATAMIENTO
Estadios pre-personales	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada Estado 1/2: Emocional-Relacional Estado 2: Mágica-impulsiva	Estado 1: tratamiento farmacológico y terapia conductual. Estado 1/2: tratamiento farmacológico y teoría psicodinámica (Winnicott, Kernberg).(holding). Estado 2: psicodinámica, gestalt, Jung (expresión-sombra).
Estadios precoz-personales	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-conformista	Estado 2/3: terapia conductual y grupal

		Estado 3: análisis transaccional, terapia cognitiva del rol, terapia breve sistémica
Estadios personales medio-	Estado 3/4: Convencional-interpersonal Estado 4: Racional-autocreadora Estado 4/5: Relativista-sensible	Estado 3/4: cognitivo-conductual (introspección). Estado 4: terapia humanista, narrativa (emoción) Estado 4/5: terapia artística, bioenergética (creatividad)
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	Estado 5: terapias existenciales, somáticas y transpersonales. Estado 5/6: terapias transpersonales
Estadios transpersonales	Estado 6: Absortivo-presencial	Estado 6: terapias transpersonales y práctica espiritual
No estadios	Identificación No-dual	Identificación No-dual

Desde una perspectiva de roles vinculares (Sidelski, s.f.):

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	ROLES VINCULARES
Estadios personales pre-	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-impulsiva	Estado 1: rol de médico tradicional Estado 1/2: terapeuta madre Estado 2: terapeuta padre
Estadios personales precoz-	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-Conformista	Estado 3: rol de experto
	Estado 3/4: Convencional-interpersonal	Estado 4: co-filósofo

Estadios personales medio-	Estado 4: Racional-autocreadora Estado 4/5: Relativista-sensible	
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	Estado 5: compañero de evolución con experiencia

Desde una psicoterapia centrada en la consciencia:

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	A DESARROLLAR DESDE UNA PCC
Estadios personales pre-	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-impulsiva	Estado 1: de una consciencia indiferenciada a una consciencia física (integración vs psicosis) Estado 2: de una consciencia física a una consciencia emocional (integración vs perversión)
Estadios personales precoz-	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-conformista	Estado 3: de una consciencia emocional a una consciencia egoica sobre roles (integración vs neurosis)
Estadios personales medio-	Estado 3/4: Convencional-interpersonal Estado 4: Racional-autocreadora Estado 4/5: Relativista-sensible	Estado 4: de una consciencia egoica sobre roles a una consciencia de la identidad (integración vs normosis)
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival	Estado 5: de una consciencia de la identidad a una consciencia de la existencia

	Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	(integración vs neurosis noógena)
Estadios transpersonales	Estado 6: Absortivo-presencial	Estado 6: de una consciencia de la existencia a una consciencia mística (integración vs noche oscura del alma)

Según Wilber (2000) con respecto a los mecanismos de defensa:

ESTADIO	ESTADO PARTICULAR	MECANISMOS DE DEFENSA
Estadios personales pre-	Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-impulsiva	Estado 1: distorsión, proyección ilusoria, alucinación, cumplimiento de deseos. Estado 2: fusión yo-objeto, proyección, división.
Estadios personales precoz-	Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora Estado 3: Mítico-Conformista	Estado 3: aislamiento, represión, formación reactiva, desplazamiento, duplicidad, transacciones encubiertas.
Estadios personales medio-	Estado 3/4: Convencional-interpersonal Estado 4: Racional-auto-creadora Estado 4/5: Relativista-sensible	Estado 4: intenciones, supresión anticipación, sublimación, falta de autenticidad, encierro.
Estadios personales tardío-	Estado 5: Integrada-multiperspectival Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica	Estado 5: abortar la autorrealización, mala fe, inflación psíquica, objetivos vitales disociados,

		desórdenes pránicos, enfermedad del yogui.
Estadios transpersonales	Estado 6: Absortivo-presencial	Estado 6: fracaso de la integración, fragmentación arquetípica, fracaso de la diferenciación.
No estadios	Identificación No-dual	No-estado: enfermedad del arhat

Intervenciones apropiadas para cada estadio de la consciencia desde la perspectiva de Forman (2010):

ESTADO PARTICULAR	INTERVENCIONES APROPIADAS
Estado 1: Sensoriomotriz-indiferenciada Estado 1/2: Emocional-relacional Estado 2: Mágica-impulsiva Estado 2/3: Oportunista-autoprotectora	<ul style="list-style-type: none"> • Crear un ambiente regulado. (Cognitivo-conductual) • Entablar una relación sincera, clara y precisa. (Cognitivo-conductual) • Expresar empatía (Humanismo) • Escucha activa (Humanismo) • Validación y apoyo (Humanismo) • Permitir la expresión y la emoción. (Humanismo) • Aquí y ahora básico (Humanismo) • Intervenciones conductuales (Conductual) • Psicoeducación (Cognitivo-conductual) • Comentarios sobre el proceso (Revelar metacomunicación, contratransferencia) (Psicodinámica, tcc y familiar)
Estado 3: Mítico-conformista Estado 3/4: Convencional-interpersonal	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda y resolución de problemas (Terapia centrada en soluciones) • Reemplazo y cuestionamiento de reglas por otras mayormente adaptativas (Terapia racional emotivo-conductual) • Terapia cognitiva inicial (Trec) • Narrativa básica (Breve sistémico)

	<ul style="list-style-type: none"> • Concientización de identidades encapsuladas (Psicosíntesis personal)
Estado 4: Racional-auto-creadora Estado 4/5: Relativista-sensible	<ul style="list-style-type: none"> • Terapia cognitiva avanzada y análisis de evidencias (Tcc) • Insight psicodinámico (Psicoanálisis) • Aquí y ahora avanzado (Gestalt y Corporal) • Narrativa compleja (Socioconstruccionismo) • Terapia somática inicial (Hakomi, centrada en la experiencia) • Diálogo con personalidades parciales (Psicosíntesis tranpersonal)
Estado 5: Integrada-multiperspectival	<ul style="list-style-type: none"> • Narrativa multiperspectival (Socioconstruccionismo) • Contacto directo con experiencia (Focusing, corporal) • Inicio de indagación espiritual (Mindfulness, yoga, zen)
Estado 5/6: Ego-consciencia-paradójica Estado 6: Absortivo-presencial	<ul style="list-style-type: none"> • Narrativa fluida (Socioconstruccionismo) • Contacto directo consistente con experiencia (Focusing, corporal, transpersonal)

DIAGNÓSTICO INTEGRAL EN UNA PSICOTERAPIA CENTRADA EN LA CONSCIENCIA

Los cuadros anteriores representan ciertas metáforas guía que se han ido corroborando a partir de la investigación desde esta perspectiva que aquí se presenta con pretensión integral, sin embargo, es importante, dada la complejidad que se encuentra implicada en la comprensión del espectro de la consciencia del individuo, así como de sus potencialidades, se tomen estos esquemas meramente como guías de apoyo hacia la comprensión de un mapa que sigue constantemente actualizándose y mejorándose en función de la integración de conocimientos y de la construcción de tratamientos integrales efectivos. A partir de esto, desde esta misma propuesta que aquí se presenta, también cabe destacar una perspectiva de diagnóstico a partir de los cuatro cuadrantes (Forman, 2010, Wilber, Patten, Leonard & Morelli, 2010; Sidelski, 2007). Esta perspectiva propone a estos cuatro cuadrantes

como la dimensiones de nuestro ser, las dimensiones que engloban la realidad del individuo, individual-interior fundada en pensamiento sentimientos e intenciones, la dimensión interior-colectiva donde se encuentran las relaciones, la cultura y los significados compartidos, la dimensión exterior-individual que engloba el cuerpo físico y la conducta, y la dimensión exterior colectiva que atañe al entorno y las estructuras y sistemas sociales (Wilber, Patten, Leonard & Morelli, 2010).

Individual-Interior (yo) <i>(pensamientos, sentimientos, intenciones)</i>	Individual-Exterior (ello) <i>(conducta y cuerpo físico)</i>
Colectivo-Interior (nosotros) <i>(relaciones, cultura y significados compartidos)</i>	Colectivo-Exterior (ellos) <i>(entorno, estructura y sistemas sociales)</i>

El mapa de los 4 cuadrantes posibilita la comprensión de cada una de las realidades en las que el individuo se encuentra embebido, formado y en interacción constante, y por ello, tal perspectiva posibilita la comprensión de un diagnóstico desde una óptica integral como se puede ver en la siguiente tabla (Forman, 2010, p. 40, traducción propia)

Individual-Interior (yo) <ul style="list-style-type: none"> • Autoconcepto • Estado de ánimo • Pensamiento • Imágenes • Recuerdos 	Individual-Exterior (ello) <ul style="list-style-type: none"> • Estado de salud • Predisposición genética • Abuso de sustancias • Medicamentos • Sueño • Dieta/Ejercicio
Colectivo-Interior (nosotros) <ul style="list-style-type: none"> • Valores culturales/étnicos 	Colectivo-Exterior (ellos) <ul style="list-style-type: none"> • Estatus Socioeconómico

<ul style="list-style-type: none"> • Valores familiares • Roles de género • Relaciones íntimas • Identidad sexual 	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso a sistemas de protección social • Ambiente en casa • Ambiente en el trabajo • Acceso a ambientes naturales y recreación
---	---

Así entonces, se puede pensar que un diagnóstico integral debe englobar el análisis de todas las variables que están implicadas en los cuatro cuadrantes y que en este sentido hay diferentes prácticas de trabajo o desarrollo con respecto a ello, lo cual a su vez supone que el profesional se encuentre formado desde una perspectiva integral para poder hacer uso pleno de todo aquello que pueda ser útil en la aplicación de una psicoterapia centrada en la consciencia que, como hemos visto, se funda en una cosmovisión integradora (Forman, 2010, p. 41, traducción propia):

<p>Individual-Interior (yo)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arte terapia • Psicoterapia psicodinámica • Psicoterapia cognitiva • Psicoterapia existencial • Psicoterapia somática • Psicoterapia transpersonal 	<p>Individual-Exterior (ello)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Psicoterapia conductual • Terapia farmacológica • Fisioterapia Neurológica • Terapia Física • Terapia Nutricional • Ejercicio
<p>Colectivo-Interior (nosotros)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terapia Familiar • Biblioterapia y Filmoterapia respecto de problemas culturales • Terapia de grupo 	<p>Colectivo-Exterior (ellos)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Psicoterapia feminista • Trabajo social • Coaching, entrenamiento en habilidades • Ecopsicología • Psicoterapia de pareja

Ahora bien, a través de estos mapas es posible la formulación específica de diagnósticos con mucho mayor abarcatividad. Resulta de mucha utilidad establecer un diagnóstico de exploración que guíe la entrevista para después pasar a uno de detección y posteriormente al planteamiento diagnóstico de una intervención para por último elaborar un pronóstico, ello requiere mayor complejidad y elaboración que en la psicoterapia tradicional ya que supone una mirada global desde los cuatro cuadrantes para cada una de las propuestas del profesional, que, sin embargo, tal esfuerzo resulta gratificado con el logro de apoyar de manera integral la rehabilitación, el cambio, el desarrollo o el crecimiento del paciente/persona/cliente/ o de la familia, grupo u organización.

CONCLUSIONES

A lo largo de lo explorado en este artículo se promueve una mirada integral en el campo de la psicoterapia que suponga una cosmovisión más amplia, que promocióne el diálogo y la pluralidad en función de esquemas que puedan proveer mayor profundidad, abarcamiento y eficacia desde visiones coherentes y holísticas, la propuesta que aquí se esboza de una psicoterapia centrada en la consciencia no pretende ser una panacea que busque considerarse como la única visión, sino meramente, un acercamiento a modos de interpretar la realidad del desarrollo o crecimiento psicológico así como de la salud mental con miras más amplia que las de visiones segregadas, a su vez, una epistemología de la complejidad puede cimentar y albergar tal propuesta, así como una mirada de los procesos psicológicos a la luz del fenómeno principal que supone la consciencia con respecto a todos ellos, queda únicamente la apertura de diálogo en función de brindar ópticas que faciliten y enriquezcan procesos de cambio y de salud, que permitan el entrelace paradigmático en función del mismo bien común que los profesionales de la salud mental buscamos: la potencialización del bienestar en los individuos.

REFERENCIAS

- Almendro, M. (2002). *Psicología del caos*. España: La llave
- Bateson, G. (1991). *Pasos hacia una ecología de la mente: una aproximación revolucionaria a la autocomprensión del hombre*. Buenos Aires: Planeta
- Bertalanffy, L. (1976). *Teoría general de los sistemas*. México: FCE
- Capra, F. (1996). *La trama de la vida. Una nueva perspectiva de los sistemas vivos*. Barcelona: Anagrama

- Eliade, M. (2005). *La isla de Eutanasius*. Madrid: Trotta
- Elkaim, M. (2005). *Si me amas no me ames. Psicoterapia con enfoque sistémico*. Barcelona: Gedisa
- Fernández Liria, A., & Rodríguez Vega, B. (2001). *La práctica de la psicoterapia: La construcción de narrativas terapéuticas*. Bilbao: Desclée de Brouwer
- Forman, M. (2010). *A guide to integral psychotherapy. Complexity, Integration, and Spirituality in Practice*. NY: Sunny Press
- Fried Schnitman, D. Hacia una terapia de lo emergente: construcción, complejidad, novedad. En: S. McNamee y K. J. Gergen (Comps.) (1995), *La Terapia como Construcción Social* (pp. 253-274). Barcelona-Buenos Aires-México: Editorial Paidós
- Garibay, S. (2013). *Enfoque sistémico. Una introducción a la psicoterapia familiar*. México: Manual Moderno
- Gebser, J. (2011). *Origen y presente*. Girona: Atalanta
- Grof, S. (2008). *Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia*. Barcelona: Kairós
- Maturana, H. & Pörksen, B. (2004). *Del ser al hacer. Los Orígenes de la Biología del conocer*. Santiago: Ediciones Noreste
- Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. Ciudad de México: Editorial Planeta
- Morin, E. (2003). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona: Gedisa
- Morin, E. (2008). *El paradigma perdido. Ensayo de bioantropología*. Barcelona: Kairós
- Morin, E. (2010). *El Método 3. El conocimiento del conocimiento*. Madrid: Cátedra
- Pániker, S. (2001). *Aproximación al origen*. Barcelona: Kairós
- Sidelski, D. (2007). Bases para una psicoterapia enfocada en la conciencia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 16(3). Recuperado de www.redalyc.org/pdf/2819/281921790005.pdf
- Sidelski, D. (s.f.). *Propuesta integral para el desarrollo del vínculo terapéutico*. Recuperado de <http://www.sexovida.com/psiquiatria/vinculo.htm>

Tart, Ch. (1982). Enfoque Sistémico de los Estados de la Conciencia. En: R.Walsh & F. Vaughan (Ed.), *Más allá del ego* (pp. 169-174). Barcelona: Editorial Kairós

Wilber, K. (2000). *Una vision integral de la psicología*. México: Alamah

Wilber, K., Patten, T., Leonard, A., Morelli, M. (2010). *La práctica integral de vida*. Barcelona: Kairós