

CAPITULO 6

EL MODELO CONSTRUCTIVISTA COMO FUNDAMENTO DE LA TERAPIA COGNITIVA

Los especialistas de un centro de Psicoterapia Cognitiva en Roma, Vittorio F. Guidano y Gianni Liotti aportan un excelente análisis del Modelo de Organización Cognitiva en los seres humanos en el libro titulado *Cognición y Psicoterapia* (Mahoney y Freeman, comps., 1988). Este análisis brinda un fundamento teórico integrativo que incluye las contribuciones básicas de la psicología evolutiva, experimental y clínica en el quehacer del psicoterapeuta cognitivo y que por lo tanto ofrece un sólido soporte epistemológico al enfoque cognitivo en psicología.

El Marco Constructivista

Existe un grupo de supuestos básicos en el contexto de la epistemología evolutiva que permiten la elaboración de un marco constructivista (véase (Campbell, 1974; Lorenz, 1973; Popper, 1972 y Eccles, 1977, citados por Guidano y Liotti, 1988) que se expone a continuación.

El conocimiento como un resultado evolutivo. Cuando el proceso de conocer del ser humano se concibe desde la Biología, pasa a ser un campo específico de la ciencia natural, al cual se le puede delimitar claramente de los campos de la filosofía o de la metafísica, y por lo tanto se le traslada a un plano donde es posible estudiarlo e investigarlo utilizando el mismo procedimiento aplicado para la metodología científica moderna.

Otra implicación importante del estudio del conocimiento humano desde lo biológico, es que el concepto de **“estructuras de conocimiento”** es considerado como una serie de patrones evolutivos de la información que se recoge y se procesa, moldeándose progresivamente en respuesta a las desafiantes presiones ambientales, implicando esto a su vez que **la actividad del organismo es la característica clave de su interacción con el mundo** (Popper, 1975; citado por Guidano y Liotti, 1988). Es así como la evolución del conocimiento en el organismo aparece como un proceso continuo que se despliega en la elaboración progresiva de sus planes modelados por el ambiente y que es capaz de **ordenar y decodificar** la experiencia entrante, **ya que el orden y la decodificación son dispositivos esenciales para una supervivencia efectiva. Así pues, el organismo en términos de Weimer (1975) (Citado por Guidano y Liotti, 1988) es en efecto una teoría de su ambiente.**

El conocimiento como un proceso de interacción: El conocimiento está muy lejos de ser una simple copia sensorial de la realidad (empirismo), o un simple despliegue de los esquemas ya preformados en el individuo (innatismo). Por el contrario, **el conocimiento es una construcción progresiva y jerárquica de los modelos de la realidad, donde paso a paso se alimenta de la experiencia y se**

amolda dentro de las estructuras del conocimiento al ordenar la actividad que lleva a cabo el sujeto cognoscente. Los modelos estructurados de la realidad determinan, en verdad, los patrones con los que un individuo puede ver y concebir el mundo, contribuyendo sustancialmente a definir la forma que la realidad asume en cada experiencia.

El desarrollo del conocimiento sesgado por las habilidades auto-organizadoras del procesamiento mental humano. El conocimiento humano no es de ninguna manera una construcción impersonal, ya que está saturado y sesgado por todos los aspectos invariantes (límites evolutivos y culturales) que definen la naturaleza humana y determinan, en consecuencia, la forma humana en que se conoce la realidad.

La aparición de la auto-identidad coincide con la adquisición de las habilidades cognitivas para poder cambiar desde una individuación biológica a otra psicológica, siguiendo el surgimiento paralelo de los procesos corticales más elevados. La perspectiva evolutiva nos permite contemplar cómo se construyen paulatina y progresivamente las estructuras de la identidad personal junto a los niveles de conocimiento (aquí el sí-mismo no se mira como un auto-concepto —es decir, como una entidad que conecta experiencia y conducta—sino como un proceso de identidad remoldándose y reestructurándose continuamente; es decir, como un proceso que se explica por la característica básica del conocimiento humano: su naturaleza refleja).

Un esbozo constructivista de los procesos de conocimiento

Teorías motrices de la mente. La característica básica de la interacción humana con el mundo es la construcción de modelos de realidad que pueden ser capaces de ordenar y regular la realidad misma. Así, la mente humana ya no es un mero recolector de sensaciones, sino un sistema activo, constructivo, capaz de producir no sólo las salidas, sino también las entradas que recibe, incluyendo las sensaciones básicas que subyacen a la construcción del mismo.

¹En este orden de ideas, la mente es un sistema de reglas de abstracción, que realiza un orden relacional de los hechos, para poder producir la experiencia y la conducta (Weimer, 1981, citado por Guidano y Liotti, 1988)

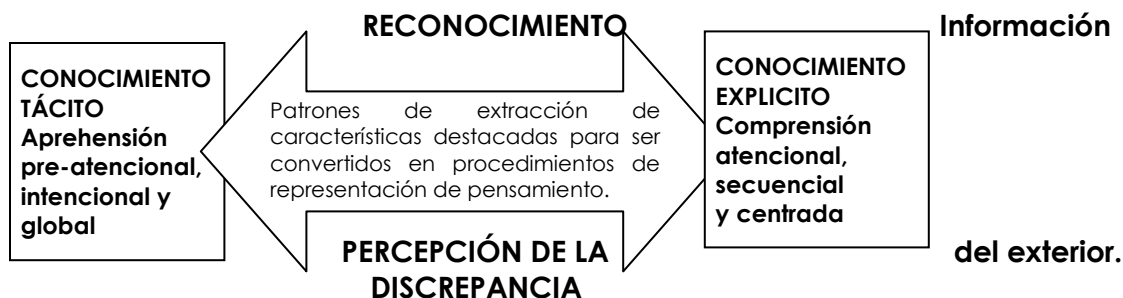
Figura 1

Procesos de
Primer Nivel

TENDENCIA AL

Procesos de
Segundo Nivel

¹ Diagrama tomado de Mahoney y Freeman, (comps.)1988, p 127.



Como se puede apreciar en la figura 1, para esbozar un modelo de los procesos de conocimiento, deben tomarse en consideración dos aspectos esenciales:

a) El carácter central de los **procesos inconscientes** para **organizar nuestra experiencia cotidiana** o procesos profundos, tácitos de la actividad mental que abstraen las características clave de la interacción continua con la realidad, mientras que simultáneamente elaboran un marco de aprehensión capaz de procesar lo que entra y construir la experiencia de acuerdo a él y que fue denominado por Bartlett, en 1932 "esquemas": estructuras cognitivas, preconscientes y anticipatorias (citado por Guidano y Liotti, 1988)

b) La distinción profundo-superficial. Aunque el marco de aprehensión es esencial para la producción de experiencias, nunca se da dentro de él. En consecuencia es obvio que existe otro nivel básico en los procesos de conocimiento en el que las reglas de ordenamiento ofrecidas por el marco tácito se convierten y manipulan en conocimiento explícito (por ejemplo, expectativas, procedimientos de pensamiento, etc.) Estos dos procesos profundo-superficiales del procesamiento mental (el conocimiento tácito y el explícito) están estrechamente interconectados. Ambos dan estabilidad y consistencia a los procesos de comprensión llevados a cabo en la experiencia cotidiana y a los procesos organizacionales que estructuran el conocimiento durante su evolución temporal.

Según el modelo representado en la Figura 1, **la cognición se da cuando surge el emparejamiento continuo entre la información que llega y los esquemas contextuales que resultan de la interacción del primer y segundo nivel (relación de conocimiento tácito-explícito).**

El conocimiento tácito explícito es, por su estructura, una relación de realimentación positiva dirigida al reconocimiento de la información que llega por medio de los esquemas contextuales seleccionados para ello y dotada con sistemas de realimentación negativa de control capaces de mantener el nivel de discrepancias que aparecen durante el procedimiento por debajo de un punto crítico. Comienza, más allá de ese punto la elaboración de los esquemas contextuales revisados que permiten llevar a cabo nuestros intentos de reconocimiento.

La relación tácito-explícito se mueve hacia adelante en el tiempo y en este movimiento se elabora un sistema de conocimiento explícito cada vez más complejo e integrado, al margen de la modulación proveniente de marcos

contextuales dados por los procesos tácitos de ordenamiento, y haciendo paralela la variabilidad de la interacción continua con el mundo.

¿Cómo convierte un ser humano su conocimiento tácito en explícito? (en términos de Aaron T. Beck la pregunta sería: ¿Cómo interpreta el individuo las informaciones que le llegan del exterior?) La conversión de conocimiento tácito a explícito es **un proceso constructivo y generativo**, es más que un simple mapeo paso a paso (Reber y Lewis, 1977, citado por Guidano y Liotti, 1988). **Las relaciones abstractas tácitas son obtenidas a través de procedimientos de pensamiento analítico-lógico, ocasionando la estructuración de un conjunto de relaciones explícitas (por ejemplo, creencias, procedimientos de solución de problemas, etc.), a través de los cuales la persona organiza la experiencia en patrones específicos de comprensión. Este proceso generativo tiene estas características esenciales:**

La búsqueda de coherencia parece ser el principal regulador de todo el proceso. Cuando llega a la persona una información, el procedimiento de ajuste está sesgado, primeramente, por la tendencia a reconocer y modelar la información que llega a las estructuras de conocimiento disponibles y preexistentes, mientras que la posibilidad de modificar las estructuras de decodificación disponibles se descubre principalmente, por la percepción de discrepancias que surgen de la refutación de los ensayos de reconocimiento. **El sujeto trata de acomodar a sus espacios estructurales la nueva información con el objeto de eliminar el “ruido” o discrepancia que pudiera existir. Trata de hacer coherente para si mismo aquello que está captando del mundo.** El desarrollo de estas capacidades de refutación—y el desarrollo de las capacidades lingüísticas—es una característica emergente de los niveles corticales más elevados, logrados recientemente en el proceso evolutivo. Por lo tanto, **la característica esencial del conocimiento humano es lograr el orden a través del contraste, alcanzando así, poco a poco, patrones de reconocimiento más integrados y comprensivos, al aprender a seleccionar y asimilar los nuevos datos que llegan; el ser humano remodela continuamente su habilidad para percibir el rango de discrepancias y elabora con posterioridad las estructuras de conocimiento preexistentes. Así, las habilidades constructivas son el punto clave que caracteriza la interacción de una mente activa con la realidad, la coherencia (o tendencia hacia el reconocimiento) y la discrepancia sobre los campos de intercambio en los que tiene lugar la interacción.**

Es este proceso el que se puede ver trastocado en la patología depresiva y en otras neurosis. El sujeto enfermo bien puede llevar a cabo estos procedimientos de construcción pero sobre una base de conocimiento tácito alterada y que evidentemente al construir algo sobre esa alteración los resultados van a ser una interacción con la realidad distorsionada (en términos de que no habrá correspondencia alguna entre la información entrante y lo que el sujeto experimenta internamente hacia dicha información, con la subsiguiente alteración en la conducta).

Aspectos sincrónicos de la relación conocimiento tácito–explícito.

La cognición puede explicarse como un producto continuo que surge de la realimentación positiva del conocimiento tácito–explícito, controlada por el balance dinámico coherencia-discrepancia, donde la tendencia hacia el reconocimiento es el procedimiento básico para asimilar nuevos detalles y ampliar el conocimiento (procesos de comprensión), y donde la percepción de discrepancia es el principal regulador que permite **la reestructuración de las esquematizaciones preexistentes, junto a la producción de otras más integradas (procesos de descubrimiento)**. Los procesos de descubrimiento son esenciales para la producción de los nuevos aspectos del conocimiento conceptual explícito en el sentido de que ocasionan una elaboración posterior de los dominios de coherencia-discrepancia a lo largo de los cuales pueden proceder con posterioridad los procesos de comprensión.

La evolución temporal de la relación tácito–explícito.

La estructura y nivel de las concepciones sobre **la identidad personal** que se logran durante la evolución temporal del conocimiento, pueden tomarse como resultados que surgen de las relaciones de realimentación positiva entre el auto-conocimiento tácito y sus modelos representacionales a partir del emparejamiento continuo con los datos experimentales procedentes del exterior. La búsqueda de coherencia (**procesos de mantenimiento**) es el procedimiento básico para estructurar y estabilizar los niveles disponibles de auto-identidad y auto-conciencia; a su vez, las perturbaciones emocionales activadas por la percepción de las discrepancias **son los reguladores principales que provocan una reestructuración de los niveles más integrados de auto-identidad y autoconciencia (procesos de cambio)**.

La organización de los procesos de desarrollo

Las habilidades de auto-organización de los procesos de conocimiento humano son la fibra continua principal alrededor de la cual las estructuras del conocimiento asumen, a lo largo del tiempo, una organización general y coherente. Es decir, **la estructura del auto-conocimiento que surge progresivamente durante el desarrollo, se debe considerar como un elemento integrador del proceso total**. El ser humano va estructurando gradualmente su conocimiento y en este proceso, los procesos orgánicos inherentes al desarrollo (**crecimiento cognitivo y diferenciación emocional**) y **las condiciones ambientales (patrones de interacción familiar y características de la red social), que modelan y regulan el aprendizaje individual, asumen formas idiosincrásicas y relaciones definidas, permitiendo de esta forma al ser humano—niño en desarrollo—lograr cambios sin perder la continuidad funcional**.

¿Cómo surge un sí-mismo?

Cuando un niño nace, a pesar de poseer un complejo repertorio que le predispone para organizar la información que le llega de una forma propia, aún no es un “sí-mismo”.

Para llegar a serlo (es decir, para auto-conocerse) necesita exponerse a todo un proceso de aprendizaje activo que surge de una serie específica de límites evolutivos. Por ello, “aprender a ser un sí-mismo” (Popper y Eccles, 1977, citado por Giundano y Liotti, 1988) **es el proceso básico a través del cual el organismo aprende a reconocerse, unifica progresivamente su conocimiento sobre él mismo en una auto-identidad definida y sitúa eventualmente su auto-identidad en el centro de la realidad, esto es, en el centro de su conocimiento.**

Existe una serie de reglas esenciales para el logro del aprendizaje del sí-mismo o auto-proceso:

1. Naturaleza refleja del conocimiento.

El ser humano adquiere el auto-conocimiento a través de la interacción con los otros. Un niño pequeño aprende a conocer explorando e interactuando activamente con su ambiente y, sin lugar a dudas, las personas son los objetos más importantes de esa interacción.

El niño a partir de los aspectos cualitativos de las interacciones continuas con los que le rodean llega a ser capaz progresivamente de reconocer los aspectos invariantes por los cuales se distingue y se evalúa como persona. En este orden de ideas es necesario exponer la siguiente definición del efecto “espejo” proporcionada por Popper en 1977: *“Aunque consideramos absolutamente fundamental para la adquisición del auto-conocimiento el efecto de espejo, no estamos de acuerdo con la formulación ambientalista en la que la construcción del sí-mismo se ve esencialmente como una “adquisición social”.* Eso querría decir que las personas somos lo que la sociedad nos hace creer que somos.

Como Hamlyn en 1977 lo hace notar (citado por Giundano y Liotti, 1988), **“con esta definición se confunde el contenido del conocimiento con las condiciones necesarias para su desarrollo.** Por ello no podemos olvidar que **en la adquisición del auto-conocimiento es también una piedra angular la propia actividad del sujeto en la selección y moldeamiento del contenido de su conocimiento”.** Al ser de este modo, el ser humano tiene la capacidad de modificarse a sí mismo en cuanto a actitudes y sensaciones que le enfermen o bien a afianzar su auto-confianza. Para ello, el individuo hace uso de las propiedades bidireccionales de su conciencia, según las cuales se procesa toda la información simultáneamente a lo largo de dos niveles diferentes a saber: **conciencia (tener una experiencia) y conciencia refleja (ser consciente de que se tiene una experiencia).** En consecuencia, **existe un mecanismo reflexivo-interactivo que es básico en el desarrollo y organización del conocimiento** (Bickhard, 1980, citado por Giundano y Liotti, 1988).

2. La estructura del conocimiento del sí-mismo y del mundo como un proceso unitario.

A pesar de que la percepción del mundo y la auto-percepción pertenecen a diferentes niveles, el ser humano los procesa activamente de manera simultánea. **De tal modo que cualquier información sobre el mundo externo corresponde siempre, e inevitablemente, a la información sobre el sí mismo. El sí-mismo y el mundo como dos polaridades interactúan dinámicamente en un proceso unitario para producir conocimiento.** Podríamos hacer la siguiente analogía: Si tenemos una moneda, el auto-conocimiento del sujeto (que es una cara de la misma) siempre incluye su concepción de la realidad, (la otra cara de esa moneda) y, por su parte, cada concepción de la realidad está conectada directamente con el punto de vista del sujeto sobre sí -mismo.

La teoría del apego como paradigma integrador del desarrollo humano

No podemos soslayar esta teoría propuesta por Bolwby en 1969 (citado por Giundano y Liotti, 1988) si deseamos tener una visión coherente del desarrollo de un individuo.

Existe el supuesto de que **el conocimiento humano está saturado de propiedades reflexivas interactivas**, y como consecuencia lógica se atribuye **un papel crucial a los aspectos interpersonales y relacionales en el desarrollo del auto-conocimiento.**

El niño estructura su auto-conocimiento principalmente mediante el efecto de espejo y tomando en cuenta los aspectos cualitativos de los patrones de apego. **Es decir que si los padres o cuidadores como espejo, ofrecen al niño una imagen de él mismo, ésta no permanece como un simple dato sensorial, sino que más bien dirige y coordina los patrones de auto-reconocimiento hasta que el niño puede percibirse a sí mismo coherentemente con esa imagen.**

En la infancia y la niñez se formarán patrones de auto-reconocimiento que funcionan como una serie de reglas básicas que permiten al niño elaborar los aspectos invariantes sobre los cuales recaerá la percepción del sí-mismo y de los otros. La estructuración gradual del auto-conocimiento sesga desde el principio y de forma constante la percepción continua del niño de la información que le llega **a través de la selección de los campos específicos de intercambio, en su interacción con la experiencia. Por tanto, la calidad del apego temprano es obviamente fundamental para un desarrollo sano** (Sroufe, 1979, Bolwby, 1977, Giundano y Liotti, 1983, citados por Guidano y Liotti, 1988).

El apego y la proximidad de los padres es un proceso que se continúa por una gran cantidad de años (a menudo hasta la adolescencia). La calidad de apego se hace más compleja porque involucra no solo proximidad física, sino que ese primer apego se encamina hacia una relación estructurada, compleja y articulada que involucra una serie de emociones intensas que se convierten en uno de los medios esenciales para moldear las auto-concepciones, a las que

siguen la aparición gradual de las habilidades cognitivas (por ejemplo, procesos de modelado e identificación). **Por ello, el apego es el vehículo altamente estructurado a través de cual se hace disponible una información cada vez más compleja e ilimitada sobre uno mismo y la realidad circundante. El apego es un constructo que organiza y su valor descansa en su poder integrador** (Sroufe y Waters, 1977, citado por Guidano y Liotti, 1988).

Desarrollo cognitivo.

Consiste en transitar la secuencia invariante de los estadios de desarrollo propuestos por Jean Piaget. Estableciendo un paralelismo entre los logros en los estadios y los niveles semánticos más elevados del procesamiento de la información, la dimensión refleja de la conciencia se organiza en niveles cada vez más complejos, con la formación de estructuras de identidad personal cada vez más comprensivas e integradoras a lo largo de la adolescencia y la juventud.

La cúspide de los logros cognitivos consiste en la liberación progresiva de la persona de la situación "aquí y ahora", así como la inmediatez de sus experiencias del sí-mismo. Con este desarrollo meta-cognitivo se produce un distanciamiento y un descentramiento en la relación entre el sujeto en desarrollo y el mundo, permitiendo un cambio gradual desde una concepción inmediata y absoluta de la realidad hasta una representación del mundo inferida y relativista.

A partir del auto-conocimiento estructurado se integra la totalidad del crecimiento cognitivo a partir de dos niveles a) se seleccionan los esquemas a los que entrarán las experiencias b) una vez dentro de los esquemas o campos de experiencias específicamente seleccionados, el auto-conocimiento estructurado sigue sesgando aspectos invariantes del significado, coordinando los procesos de comprensión y los procesos de descubrimiento y regulando de esta manera la estructura y el contenido que asumirá el conocimiento progresivamente.

Diferenciación emocional.

Es probable que los seres humanos desde las primeras fases de desarrollo estén equipados con la cualidad primaria de los sentimientos y con la habilidad de expresarlos a través de los mecanismos motores de expresión. Las emociones son una mezcla constante, comenzando por los sentimientos básicos intensos, indiferenciados y bastante incontrolables, hasta llegar a ser cada vez más sutiles y articuladas, con abundancia de significados específicos y sujetos progresivamente al control cognitivo.

Al llevarse a cabo esa diferenciación en el curso del desarrollo, se incrementa el rango de experiencias emocionales, permitiendo a cada persona reaccionar a situaciones ambientales diferentes y multiformes con una variedad de tonos emocionales que proporcionan una modulación continua de información sobre su contenido interno.

Según el concepto de **esquemas emocionales** propuesto por Leventhal en 1979 (citado por Guidano y Liotti, 1988) es un modelo integrador que puede explicar las correlaciones entre los variados componentes de la experiencia emocional (percepción, imaginación, memoria, etc.). En este modelo la **memoria emocional es muy importante ya que permanece activa durante todo el proceso emocional**. Es una memoria relativamente concreta de naturaleza analógica, es decir, que tiene dos niveles lógicos diferentes, un almacenamiento semántico y uno episódico.

Esta memoria contiene imágenes que incluyen características perceptuales básicas de situaciones desencadenantes de emociones, representación de fenómenos de expresión y reacciones motoras y viscerales que acompañan a estas situaciones.

Un modelo como este nos permite explicar la integración progresiva que ocurre en el curso del desarrollo de los patrones innatos de reacciones emocionales y la diferenciación emocional adquirida. Además nos permite contemplar a la diferenciación emocional como un proceso continuo de emparejamiento entre esquemas emocionales preformados y los sentimientos procedentes de fuera. La búsqueda de congruencia (patrones de reconocimiento) podría actuar como el regulador principal, dando continuidad funcional a la progresión temporal de todo el proceso, mientras que la percepción de la discrepancia actúa como el principal acicate para diferenciar nuevos campos emocionales y **la estructuración del auto-conocimiento** de nuevo actúa como el elemento integrador de todo el proceso, en el sentido de que determina todos los aspectos cualitativos de los patrones de reconocimiento-discrepancia incluidos en la diferenciación emocional, es decir, **selecciona el tipo de esquemas emocionales que actuarán como “imágenes criterio” en la construcción de patrones más integrados para la diferenciación y el reconocimiento de los estados emocionales propios y los de los sentimientos expresados por otros.**

Interrelación entre cognición y emoción.

Existe un paralelismo funcional entre ambas entidades que se basa en un proceso complejo, bidireccional e interactivo (Yarrow, 1979, citado por Guidano y Liotti, 1988). Lo más relevante a destacar es que el contenido y la estructura del nivel cognitivo alcanzado influyen en gran medida, en la calidad del rango emocional decodificable y, en consecuencia, sobre la capacidad para etiquetar y decodificar los propios sentimientos y los de los otros.

Para ampliar la explicación del papel de las emociones en la terapia cognitiva debe señalarse que los sentimientos influyen, en buena medida, en la fase global de comprensión de los procesos de conocimiento en el primer nivel (percepción sesgada, atención, etc.) y de forma más indirecta, en los procesos de segundo nivel explícitos, al influir en las modalidades de representación del pensamiento y en la dirección de los procedimientos de solución de problemas. Para terminar, ya que las emociones se activan, de forma similar, por estímulos intensos o incongruentes, se pueden tomar las experiencias emocionales como un detector

preferente de discrepancias en el desarrollo y la organización total del conocimiento.

El desarrollo como una serie de pasos progresivos en la reorganización del conocimiento.

En la adquisición por etapas del auto-conocimiento cada concepción emergente del sí-mismo depende, en su estructuración, del nivel alcanzado previamente y determina, por su parte, la dirección posible en la que se puede desarrollar el próximo nivel. Por ello, cada concepción surgida es nueva en su forma o estructura, y no sólo en su contenido.

Los principales estadios del desarrollo del auto-conocimiento expuestos por Giundano y Liotti, 1983, citado por Guidano y Liotti, 1988) se pueden esquematizar de la siguiente manera:

Infancia y edad preescolar (desde alrededor de los 2 ½ años hasta los 5 años). En este estadio se elabora el núcleo primordial del auto-conocimiento; es decir la estructuración de un conjunto básico de relaciones estructurales profundas, proporcionando los patrones invariantes del reconocimiento del auto-mundo y sesgando el desarrollo posterior del auto-conocimiento al seleccionar un grupo específico de campos de significado.

Niñez. En este nivel, alcanzando el logro de las operaciones concretas de Piaget, se da paso al desarrollo de un ordenamiento creciente, en forma de representación de la experiencia externa, caracterizado por su cualidad concreta, "inmediata". Por ello este estado está marcado por una comprensión "realista" de la realidad, en la que la aparición de las auto-concepciones desemboca esencialmente en el descubrimiento del sí mismo como "objeto".

Adolescencia y juventud (desde alrededor de los 12 hasta los 18 años). El nivel disponible de crecimiento cognitivo (operaciones formales de Piaget) nos permite considerar al sí-mismo, por una parte, como un mecanismo ya existente y, por otra, como algo para ser descubierto a través de un proceso de autorreflexión. En otras palabras, la madurez comienza con una comprensión epistemológica de la realidad, en la que el sí-mismo surge como "un conocedor", dotado con un sentido total de identidad personal y estructurando activamente la planeación de vida.

Organización del conocimiento: un modelo descriptivo

1. Se supone que el sistema cognitivo humano es análogo a una teoría del mundo, considerado como una estructura abierta capaz de proporcionar una representación heurística del sí-mismo y de la realidad y, en consecuencia, un "programa de investigación" para ser seguido.
2. Separar el conocimiento en aspectos tácitos y explícitos—algo que actualmente se ha convertido en tema central tanto para la ciencia cognitiva como para la terapia cognitiva—da lugar a asumir que existe un

núcleo metafísico central de estructuras tácitas profundas) y de modelos representacionales del sí mismo y de la realidad (estructuras superficiales) que se derivan de él.

3. En un modelo como este se reduce relativamente el énfasis en la realidad y se acentúan aspectos metafísicos o dogmáticos (procesos de orden tácito), señalando la tendencia a buscar confirmaciones como procedimiento básico para posteriores adquisiciones de conocimiento.

Aspectos funcionales y estructurales de la organización del conocimiento

Núcleo metafísico central. Este es el primer nivel tácito de elaboración de conocimiento de un sistema cognitivo humano y funciona como grupos de reglas profundas, a través de las cuales se le ofrecen a una persona, tácita y directamente, marcos de referencia. En esos marcos de referencia descansan los patrones invariantes de auto-percepción que estructuran el sí-mismo y los patrones invariantes de extracción de características, que se emplean para detectar regularidades mediante las que se percibe el mundo de forma coherente.

La característica principal de este núcleo metafísico central es quizá su habilidad para elaborar progresivamente nuevos marcos de referencia (es decir, reglas tácitas cada vez más abstractas) para la inserción y manipulación subsiguiente de los modelos representacionales de realidad. **La inserción de un conjunto de reglas profundas en los modelos representacionales es siempre un proceso constructivo** en el que los procedimientos de pensamiento analítico y analógico, realimentados positivamente por el nivel tácito, ofrecen andamiajes para nutrir la experiencia en relación a los modelos representacionales emergentes del sí-mismo y de la realidad. Por esa razón, **las posibilidades heurísticas del núcleo metafísico central específico dependen de sus aspectos estructurales y determinan el conjunto de mundos posibles para ese individuo en particular.**

Las estructuras profundas de auto-conocimiento, **a través de las modulaciones de los sentimientos y de las memorias de sentimiento (esquemas emocionales) procesadas durante el curso del desarrollo, dirigen y coordinan la mayor parte de la vida emocional e imaginativa del individuo.** Como en el nivel metafísico central, **los mecanismos de realimentación positiva que regulan la estructuración progresiva de los patrones específicos utilizados para decodificar los propios sentimientos, limitan la naturaleza y el rango de todas las experiencias subjetivas posibles.**

Aún a pesar de los anteriores planteamientos se considera que todavía no surge una teoría completa del auto-conocimiento (Hamlyn, 1977, citado por Guidano y Liotti, 1988) que dé cuenta de un modelo conceptual de los "reguladores" que presiden el desarrollo y organización de las experiencias emocionales.

Modelos de representación

Existe un conjunto de modelos explícitos del sí-mismo y de la realidad derivados de los esquemas centrales y producidos por procedimientos de pensamiento imaginativos y verbales. A diferencia del núcleo metafísico central, estos son modelos de representación más incompleta y limitada del sí-mismo y del mundo. **No todo el conocimiento contenido en el núcleo metafísico central se utiliza para construir modelos explícitos, ni está representado el contenido del conocimiento perteneciente a los modelos continuos del sí-mismo y de la realidad en el flujo de la conciencia, con todos sus detalles y en todo momento.** El conocimiento explícito dependiendo de las necesidades del individuo y de los hechos que esté experimentando realmente, se ajusta generalmente, con incongruencias mínimas, al nivel del conocimiento tácito del que depende.

Identidad personal.

Esta estructura cognitiva es la polaridad emergente conceptualizada de la relación continua entre el nivel individual de la autoconciencia explícita y el núcleo metafísico central tácito. **Consiste, principalmente, en una totalidad de creencias, memorias y procesos de pensamiento sobre el sí mismo que produce una auto-imagen coherente y un sentido de la unidad personal y de la continuidad en el tiempo.**

La identidad personal aunque es una teoría inferida y sesgada por el propio auto-conocimiento representa el marco de referencia básico que puede manejar cada sujeto de forma constante, mientras que se evalúa a sí mismo en relación a la experiencia externa. El grado de congruencia existente entre las creencias sobre el propio valor personal por un lado, y la estima de la propia conducta y las emociones por otro, corresponde al grado de auto-aceptación y auto-estima. Esta última implica la teoría de las emociones a la que se adhieren las personas en la relación que establecen consigo mismas, y define también el rango de emociones que pueden reconocer como propias, la forma en que las etiquetan, las controlan, y las circunstancias y formas en que pueden expresarlas.

Modelos de realidad.

Son estructuras cognitivas que forman sustancialmente los modelos representacionales del mundo externo. **Es importante tener en cuenta que los modelos de la realidad son la única posibilidad que tiene el individuo de establecer una relación con el mundo de afuera. En otras palabras, el sistema de conocimiento humano no puede discriminar entre hechos externos y sus representaciones internas, y este hecho tiene consecuencias epistemológicas que generan implicaciones provechosas tanto para la psicología cognitiva (Liotti y Reda, 1981; Shaw y Bransford, 1977; Weimer y Palermo, 1974, 1981, citados en Mahonney y Freeman, 1988, capítulo 4) como para la terapia cognitiva (Beck, 1976; Giundano y Liotti, 1983; Mahoney, 1981, citados en Guidano y Liotti, 1988).** Es importante resaltar que los modelos de la realidad representan no sólo el mundo percibido, sino también cualquier mundo imaginado posible, puesto que

cualquier procedimiento imaginativo funciona a través de los datos que son coherentes con las estructuras profundas.

La construcción de la realidad está constantemente regulada por las estructuras de la identidad personal, de tal modo que construyen aspectos representacionales del mundo externo coherentes con actitudes interactivas hacia la realidad definidos por la auto-imagen. Esta actividad reguladora se lleva a cabo, principalmente controlando los procedimientos ejecutivos del conjunto de reglas básico sobre el que descansa la coherencia y estabilidad de los modelos de realidad:

- a) Reglas que coordinan la asimilación de la experiencia.
Determinan que campos de la experiencia se mantienen como significativos, y los patrones de integración de esas experiencias dentro de las estructuras de conocimiento preformadas.

- b) Reglas que coordinan los procedimientos de solución de problemas: se emplean diferentes tipos de procedimientos lógicos de solución de problemas para definir tanto la naturaleza de los problemas significativos como las estrategias de su manejo.

Aspectos funcionales de la organización del conocimiento

Hasta este punto se contempla que existen diferentes niveles estructurales del conocimiento organizados en una relación general, realimentada positivamente y teniendo sistemas de control de realimentación negativa.

Mientras el auto-conocimiento tácito sesga constantemente la progresión temporal de los procesos de conocimiento, la identidad personal estructurada parece ser el regulador principal de todo el proceso. **En realidad, cualquier conjunto nuevo de relaciones profundas se puede insertar y manipular en modelos de realidad convirtiéndose, por tanto, en una forma efectiva de interactuar con el mundo: sólo a través de la identidad personal.** Así, el nivel de autoconciencia alcanzado es una variable esencial que regula las posibilidades de representar estructuras profundas más abstractas y desafiantes, e influye en gran medida, sobre la calidad de los niveles de conocimiento puestos de manifiesto en procesos oscilantes hacia adelante.

La función de control ejercida por la identidad personal se lleva a cabo a través de dos relaciones estructurales básicas:

Actitud hacia uno mismo. Define la relación continua entre la auto-imagen explícita y el conocimiento tácito. **Aunque las estructuras profundas corresponden a “todo lo que se ha hecho” y a la forma de ser esencial e inevitable del sujeto, él formaliza su existencia de forma definida a través de la estructuración de una identidad personal específica: “todo lo que uno hace de si mismo”.** Esta relación dinámica entre los elementos de las estructuras profundas (reglas tácitas

invariantes, esquemas emocionales) y las habilidades cognitivas emergentes (formación de conceptos, descentramiento y distanciamiento) da lugar a la formalización que el sujeto hace de su existencia.

La identidad personal estructurada, que es la polaridad emergente conceptualizada de esta relación, está regulada en gran medida por las características de la auto-conciencia, tal y como ellas se manifiestan en los patrones estructurados de actitud hacia uno mismo. Cuando una persona está pensando acerca de su auto-imagen está mostrando la existencia de formas selectivas de procesamiento de la información interna, más que del auto-conocimiento tácito que le afecta directamente. Por esta razón, no se puede esperar que la introspección ofrezca una ventana abierta sobre los procesos de estructura profunda, sino más bien un modelo sesgado de dichas estructuras.

Actitud hacia la realidad. La calidad de la actitud hacia sí mismo depende de cada persona. **La estructuración de una actitud hacia la realidad depende, jerárquicamente de la estructura alcanzada por la actitud hacia uno mismo; es decir, nuestra forma de ver la realidad—y a nosotros mismos dentro de ella—depende esencialmente de cómo nos vemos y nos concebimos.**

Mediante la actitud hacia la realidad se define la relación estructural continua que hace posible que la identidad personal lleve a cabo su función reguladora en interacción con la experiencia externa, haciendo coherentes los planes y conductas de los sujetos con la calidad de la actitud hacia uno mismo.

Organización del conocimiento:

Procesos de mantenimiento y procesos de cambio

La evolución temporal del conocimiento no es un proceso regular, sino discontinuo y en etapas. El paso de una etapa a la siguiente es un proceso relativamente impredecible, tanto en su forma como en el momento en que se da. Hay por lo tanto, cierto patrón de incertidumbre que caracteriza el procedimiento de los procesos de cambio humanos.

El mecanismo básico que subyace al despliegue de los procesos de conocimiento consiste en una estructuración discontinua de conjuntos más integrados de reglas invariantes, resultantes del ordenamiento continuo de la experiencia externa.

Los intentos subsecuentes para convertir esquemas centrales emergentes en creencias y procedimientos de pensamiento—procesos de cambio—son regulados y modelados, paso a paso, por los procesos de mantenimiento, dirigidos a preservar la continuidad funcional y el sentido de unicidad perteneciente a las estructuras de la identidad personal.

Para permitir cualquier grado coherente de modificación en los conceptos del sí-mismo y de la realidad, el individuo debe elaborar gradualmente una auto-imagen alternativa sin experimentar interrupciones en su sentido estructurado de continuidad subjetiva. Cualquier interrupción podría representar una pérdida de

su sentido de la realidad. De esta forma, los procesos de mantenimiento y cambio son considerados como procesos interrelacionados y solapados que, aunque simultáneos, muestran modalidades diferentes durante la evolución temporal del conocimiento: mientras que los procesos de mantenimiento son continuos, los de cambio lo son sólo como desafío o posibilidad, pero discontinuos en su aparición.

Procesos de mantenimiento

Estos procesos son expresiones de las funciones reguladoras controladas por la identidad personal y aunque son muy variados en sus procedimientos, subyace a ellos la característica común de sesgar el balance reconocimiento-discrepancia, que regula el emparejamiento continuo entre el conocimiento preexistente del sujeto y la experiencia entrante, al preformar ensayos de reconocimiento. Estos procesos están esencialmente dirigidos a producir evidencia confirmatoria sobre la fiabilidad de los modelos del sí-mismo y de la realidad empleados al tratar con el mundo. Las actitudes hacia uno mismo y la realidad, a niveles jerárquicos diferentes, representan las relaciones estructuradas que ofrecen un rango completo de confirmaciones para las estructuras de identidad personal.

Actitud hacia uno mismo. Es el nivel más alto de la jerarquía de confirmaciones, que contribuye al mantenimiento de la identidad personal. En el emparejamiento continuo entre el autoconocimiento tácito y la identidad personal percibida, cada sujeto tiene virtualmente un acceso ilimitado a la información pasada, o, cotidianamente disponible sobre sí mismo cuando la intenta buscar, siendo el mismo sujeto quien marca los límites. Así, la actitud hacia uno mismo toma de forma creciente las características de una relación configurada, capaz de ofrecer al sujeto una autoimagen estable y estructurada que permite una autopercepción y una autoevaluación continua y coherente durante la evolución temporal.

Actitud hacia la realidad. En ella se utilizan principalmente confirmaciones de un nivel más bajo, para ofrecer estabilidad y coherencia frente a la realidad cambiante. Las estrategias idiosincráticas de solución de problemas permiten también que el individuo manipule activamente las situaciones ambientales para producir hechos que estén en concordancia con la autoimagen estructurada. La gente puede crear, a través de tales procesos—tanto en sus propias mentes, como en el ambiente social real—una realidad social que verifique, valide y sostenga las concepciones que inician y guían esos procesos.

Procesos de cambio

En estos procesos operan los mecanismos de realimentación positiva, que caracterizan la direccionalidad de los procesos de conocimiento. **La característica básica, que subyace y unifica la variedad de los factores de cambio, consiste en la reestructuración de los modelos del sí-mismo y de la realidad, al explicar la disponibilidad de las reglas emergentes profundas.**

Las condiciones esenciales que disparan e influyen para el cambio son:

- Ya que cualquier supuesto tácito debe pasar a través de la identidad personal para insertarse en los modelos representacionales, **la conciencia es una condición necesaria para convertir el conocimiento tácito en creencias y procedimientos de pensamiento, Así, la cualidad de autoconciencia—expresada por los patrones correspondientes de actitud hacia uno mismo—influye extensamente en los procedimientos oscilantes y en el resultado final de los procesos de cambio.**
- La tendencia a obtener confirmaciones tiene que ser desaprobada por la percepción de discrepancias **para que así se vuelva capaz de evocar un grado mayor de distanciamiento y descentramiento de los modelos representacionales reales, permitiendo a la persona que los reestructure.** Las discrepancias que surgen de la actitud hacia la realidad tienden principalmente a evocar procedimientos oscilantes para los procesos superficiales de cambio; es decir, cuando se produce un cambio local en los modelos de realidad sin ninguna reestructuración apreciable en la identidad personal. No obstante, dado que los procesos de cambio son unitarios en su diferenciación, se puede provocar, al menos aparentemente, un cambio profundo con sólo un cambio limitado en los conceptos de uno mismo sobre el mundo. Las discrepancias que surgen de la actitud hacia uno mismo tienden a evocar procedimientos oscilantes para los procesos de cambio profundo; es decir, lo hacen cuando ocurre un cambio local en la identidad personal con la consecuente reestructuración de los modelos de realidad.

Cambio profundo

Desde esta perspectiva, los procesos de cambio profundo—desde reestructuraciones limitadas de la identidad personal, hasta verdaderas revoluciones personales (Mahoney, 1980, citado en Mahoney y Freeman, 1988) — corresponden a cambios en los patrones de actitudes hacia uno mismo, como resultado de la reconstrucción de conjuntos de reglas profundas que emergen desde el autoconocimiento tácito. El cambio de actitud hacia uno mismo producirá, consecuentemente, una modificación de la identidad personal que dará lugar a una reestructuración de la actitud hacia la realidad, a través de la cual se puede ver y manejar el mundo de diferente forma. El mecanismo esencial que subyace a un cambio profundo, es, por tanto, el paso a un metanivel de representación cognitiva evocada y regulada por la interacción de presiones ambientales y profundas. Un proceso oscilante profundo, cargado siempre de emociones intensas, puede tener efectos diferentes en la evolución temporal de la organización del conocimiento, dependiendo de si tiene una naturaleza progresiva o regresiva.

Cambio progresivo. El cambio hacia un metanivel de representación del conocimiento se logra cuando las posibilidades de procesamiento, determinadas por los patrones de autoconciencia, se ajustan de alguna manera a los profundos desafíos externos. La aparición de una identidad personal más integrada ofrece la posibilidad de a) etiquetar y decodificar la activación de emociones conectadas con el proceso oscilante profundo, con su cambio correspondiente en la autoconciencia; b) manipular modelos de la realidad incluso más sofisticados, también con el correspondiente cambio progresivo en la asimilación de la experiencia.

Cambio regresivo. El fracaso en alcanzar una identidad personal más integrada tiene consecuencias relevantes, especialmente en relación con las posibles aplicaciones clínicas: a) los intentos por etiquetar y controlar la activación de las emociones conectadas con los procesos oscilantes profundos por medio de una proliferación de teorías externas *ad hoc*, ayuda a explicar la hiperemocionalidad sin alterar la propia autoimagen. b) En consecuencia, a pesar de las predicciones y resultados con poco éxito, los modelos de realidad se unen, incluso, más fuertemente, con representaciones imaginativas y procedimientos de solución de problemas estereotipados y repetitivos, a lo que corresponde un cambio regresivo en la asimilación de experiencias.

Consideraciones finales

La primera consideración importante es que desde el punto de vista Constructivista es posible considerar el problema de la relación entre experiencias tempranas anormales y psicopatología adulta desde la perspectiva alternativa al psicoanálisis y a la psicología conductista que dice que las experiencias tempranas anormales influyen en la estructuración del autoconocimiento tácito marcándolo mediante un potencial significativamente alto para un rango de incongruencias. **Las incongruencias tácitas pueden hacerse notar sólo mediante la construcción de los modelos correspondientes que las hacen evidentes.** Por lo tanto, se puede conceptualizar la influencia de las experiencias tempranas en el desarrollo y organización del conocimiento como un proceso activo, constructivo, cuyas capacidades constructoras se despliegan progresivamente en un procedimiento en etapas que requieren un largo espacio de tiempo, debido al ascenso gradual a niveles de conocimiento más altamente estructurados.

La segunda consideración se refiere a que **es posible, durante la juventud y las fases intermedias de la vida, llevar a cabo una reestructuración coherente de la propia identidad, mientras que disminuyen, por lo general, al final de la madurez las posibilidades de lograr un cambio de identidad significativo.** Por ello se dice que la identidad personal constituye “un tema de vida” en el que se da una unificación dinámica y progresiva del conocimiento y las acciones de un ser humano durante el curso de su vida, la cual incluye la manera en que ha interpretado los hechos y el manejo de sus consecuencias en base a las consecuencias que se derivan de este proceso. Por su parte, las consecuencias de elecciones y acciones se convierten con posterioridad en hechos, que unificados en la memoria individual, permiten al individuo construir una imagen más uniforme y comprensiva de sí mismo y de la vida.