



## LOS PRONOMBRES DE LA SUBJETIVIDAD: PRIMERA Y TERCERA PERSONA EN EL CONTEXTO DE LA PSICOTERAPIA COGNITIVA

Karina Solkoff\*

*¿Cómo explicar la secuencia demacrada del miedo, el torbellino oblicuamente angustioso de la alegría, la trastienda híbrida del dolor, el sabor penetrante de uno mismo y el sabor de los otros desde uno?*

*Roberto Juarroz*

### Resumen

*Este trabajo presenta una aproximación inicial a una serie de problemas vinculados a los enunciados mentales de Primera y Tercera persona. Tales enunciados están relacionados con preocupaciones que tienen puntos en común con la actividad psicoterapéutica.*

*La autora plantea el problema epistemológico que enfrenta la psicología, teniendo en cuenta la naturaleza intrínsecamente subjetiva del mundo mental de cara al imperativo científico de objetividad.*

*Se presenta un modelo específico, en el marco de las psicoterapias cognitivas, que focaliza aspectos relativos a la accesibilidad de la Primera persona a sus propios estados intencionales y su relevancia desde un punto de vista clínico.*

### Summary

*This paper presents an initial approach to some problems related with the first and third person mental statements.*

*These statements are linked with subjects that have common points with psychotherapeutic activity. The author outlines an epistemological problem that nowadays psychology confronts, which is the essential subjective nature of mental world in front of the objective scientific imperative. A specific model is outlined, inside the cognitive psychotherapy frame, which points some as -*

---

\* E-Mail: daniel.valdez@uam.es. Docente en la Carrera de Psicología, UCES.



*pects of the first person accessibility, its own intentional states and its relevance from the clinical point of view.*

### **Primera y Tercera persona: ¿Una gramática para la subjetividad?**

Allí donde la Tercera persona transita una arquitectura paradigmática de enunciados prolijamente simétricos y escapa de los callejones intencionales de la subjetividad, la Primera persona enhebra con hilos mentalistas una trama singular, desafiando recorridos inaccesibles, proclamando su autoridad en un lenguaje misterioso.

Lectores selectos aquellos que traduzcan ese diccionario y descifren la gramática opaca que lo organiza, aquellos *champolliones* que revelen a la Tercera persona la lengua íntima de la Primera, piedra de Rosetta de la psicología natural.

No estamos hablando de otra cosa que del problema epistemológico que enfrenta la psicología teniendo en cuenta la naturaleza intrínsecamente subjetiva del mundo mental de cara al imperativo científico de objetividad. La exigencia, en fin, de hacer una ciencia objetiva y mentalista (Rivière, 1991), que –en el terreno de las ciencias humanas– supone la articulación de una objetividad intersubjetiva. Es decir que implica acuerdos sobre sistemas conceptuales y sobre observaciones complejas.

¿Cómo *hacer ciencia* acerca de los enunciados mentales en Primera persona del singular si éstos son incorregibles, si son epistemológicamente asimétricos? Pero a su vez, ¿cómo *hacer psicología* desde las limitaciones de la Tercera persona, confinada al establecimiento de leyes impersonales sobre la base observacional de contingencias de conducta y relaciones con el ambiente? ¿Qué hacer con esos enunciados si remiten a una episteme que no es compatible con la objetivación en que se fundamenta todo intento científico? ¿Podemos concebir una “psicología” que prescindiera de los enunciados mentales en Primera persona del singular, que se desentienda del análisis de una fenomenología psicológica accesible para un self?

Desde esta perspectiva, los enunciados mentales de Primera persona del singular configuran un fundamento inevitable y al mismo tiempo un obstáculo epistemológico para la psicología científica (Rivière, 1991; Gardner, 1987; Bruner, 1990).

Es nuestra intención considerar las dificultades del estudio de “lo mental” que se derivan de la problemática esbozada más arriba, a partir de la cual haremos un recorte relativo a algunas de las *implicaciones psicoterapéuticas* que la formulación de tales planteos pone a la luz.

Para ello, realizaremos una aproximación inicial a una serie de cuestiones vinculadas a los enunciados mentales de Primera y Tercera persona que están relacionadas



con preocupaciones que tienen puntos en común con la actividad psicoterapéutica.

Luego presentaremos un modelo específico, en el marco de las psicoterapias cognitivas, que focaliza aspectos relativos a la accesibilidad de la Primera persona a sus propios estados intencionales y su relevancia desde un punto de vista clínico.

Resulta pertinente aclarar que no pretendemos marcar ningún tipo de isomorfismo entre el problema *epistemológico* que plantea el acceso a un conocimiento objetivo de la subjetividad y el problema *psicoterapéutico* que plantea el acceso, por parte del psicoterapeuta, a las formas que desarrolla un sujeto para objetivizar sus experiencias en una trama subjetiva.

Es evidente que tales problemáticas entrañan distintos niveles de análisis y responden a interrogantes diferentes. En este sentido, la clínica psicoterapéutica puede entenderse como una “artesanía” –y no como una disciplina científica– cuya perspectiva sería la de poder alcanzar un nivel de formalización que la convierta en una “artesanía más controlable, más replicable” (Guidano, 1999, comunicación personal).

No creemos vano, sin embargo, el intento de puntualización de algunas preocupaciones convergentes que, desde distintos ámbitos de abordaje de lo mental, dan cuenta de manera limitada de sus *ambiciones provisionales* (Rivière, 1991:36).

En esa dirección procuran tomar forma estos apuntes sobre la práctica psicoterapéutica donde el tratamiento de *lo mental* comparte problemas afines con otras áreas. Por un lado, con los planteos de filosofía de la mente, la necesidad de trabajar con unos enunciados de naturaleza peculiar. Por otro lado, con los planteos de una psicología científica, la necesidad de teorías explicativas acerca de lo mental que permitan la comprensión de sus alteraciones y la consecuente elaboración de instrumentos de intervención.

### Limitaciones y privilegios

*Negar la sucesión temporal, negar el yo, negar el universo astronómico, son desesperaciones aparentes y consuelos secretos... El mundo, desgraciadamente, es real; yo, desgraciadamente, soy Borges.*

*J. L. Borges*

La distinción subrayada por Brentano (1874) entre fenómenos físicos y fenómenos psíquicos (Chirinos, 1994) confiere a estos últimos, como objeto de estudio, un *destino psicológico*, definiendo en un mismo gesto la especificidad de la disciplina encargada de explicarlos: “La psicología consiste en la ciencia de los fenómenos psíquicos” (Brentano, 1874, citado en Chirinos, 1994, pág. 28).



Ahora bien, nos es preciso destacar dos notas analizadas por Brentano (1874) al caracterizar los fenómenos psíquicos. Su *intencionalidad*, esto es, el “ser un tipo de acción referente a algo” (Brentano, 1874 citado en Chirinos, 1994, pág. 30) y su *valor de verdad*, en tanto que por darse de manera absoluta a la percepción interna, sentimientos, deseos, conocimiento son reales ante la conciencia interna y por lo tanto, “verdaderos en sí mismos” (op. cit., 1994, pág. 33).

Ambas características cobran relevancia tanto teórica como clínica al formular un modelo psicoterapéutico que presenta afinidades con tales asunciones, como veremos más adelante.

Aquello que define a un material como psicológico, desde la perspectiva de Brentano, precisamente es que define relaciones intencionales, por lo que los fenómenos psíquicos “se pueden caracterizar como la relación a algo en tanto que objeto o también como el hecho de contener en sí un objeto intencional” (Chirinos, 1994, pág. 36). La objetividad inmanente de lo mental implica la representación de un mundo de objetos o contenidos *acerca de* los cuales se despliega la actividad mental.

En el caso de la mente humana, esta actividad intencional puede tomar como objeto a otra actividad intencional, “representarse estados mentales acerca de estados mentales” (Bennett, 1976; citado en Rivière y Nuñez, 1996): “Yo creo que tú piensas que ella quiere que él sospeche que...”

Esta nota de intencionalidad recursiva nos permite –y ya nos referiremos a su importancia en el trabajo terapéutico– tomar como objeto de nuestras representaciones nuestras representaciones acerca de nosotros mismos.

Representarnos distintas representaciones de nuestra singular Primera persona, inaugurar una pluralidad de “yoes posibles” (*possibles selves*, Markus & Nurius, 1986; Barclay, 1996; Bruner, 1986; Goodman, 1978), producir cambios en nuestro propio mundo mental, libre a una recursividad que asegura la emergencia de narraciones sobre nosotros mismos (Polkinghorne, 1988). Conciencia reflexiva e intencionalidad recursiva: territorios de la Primera persona y *via regia* del trabajo psicoterapéutico.

Si asumimos que la comprensión de la modificación de mundos mentales a través del lenguaje constituye un componente fundamental de la práctica psicoterapéutica, no puede escapárseles la relevancia que adquieren estos desarrollos desplegados desde la psicología y la filosofía de la mente.

La asimetría epistemológica entre la Primera y la Tercera persona que caracteriza la atribución de estados mentales, plantea un problema de especial interés en el campo



de la clínica, como es el de la evaluación de la evidencia sobre la que descansan tales atribuciones.

Desde una perspectiva *clásica* en filosofía de la mente (Moya, 1993), la Primera persona parece sustentar el privilegiado acceso de la introspección a la hora de reconocer en sí misma aquello que Wundt llamaba experiencia inmediata (Rivière, 1991). Justamente ese monopolio en la autoatribución de estados mentales pone en el centro del escenario de la psicología la viabilidad de una perspectiva objetiva, desde el momento en que la Tercera persona de las proposiciones científicas es dejada al margen del acceso protagónico y relegada a la butaca del observador. En el polo opuesto, perspectivas teóricas como las del *privilegio invertido* (Moya, 1993) coinciden en sostener una posición favorecida para la Tercera persona en el conocimiento de la mente (Woodfield, A., 1982 citado en Moya, 1993).

Diversos enfoques encuentran sitio entre ambos extremos, que plantean cuestiones como la necesidad de tener en cuenta que “adscribir predicados mentales a uno mismo es una actividad lingüística que tiene que ser aprendida y que ese aprendizaje tiene lugar en el contexto de un mundo público” (Moya, 1993, pág. 6).

Mientras que las acciones llevadas a cabo por un sujeto como consecuencia de deseos o actitudes emocionales<sup>1</sup> no suponen un aprendizaje, la autoatribución de actitudes emocionales y la explicación a los otros de las acciones propias sí implican un aprendizaje de términos mentales. La introspección no hace disponibles a un sujeto los conceptos necesarios para dar cuenta de su experiencia emocional.

Tomar la propia conducta o la actitud emocional que la ha provocado como objeto de explicaciones para sí mismo o para los demás pone en juego la adopción de puntos de vista de Tercera persona con ajuste a una Primera persona cuya competencia reflexiva permitirá tal objetivación. En esa dirección puede entenderse la afirmación de Moya cuando sostiene que “la autoconciencia *subjetiva* es una necesidad del ser *social*” (Moya, 1993, pág. 18) (la cursiva es nuestra).

De esta forma, el interjuego de la Tercera y la Primera persona que se lleva a cabo en el desarrollo de la atribución mentalista da cuenta de la importancia de la combinación y complementariedad entre ambas. La concepción robinsoniana de una Primera persona que se “conoce a sí misma” sin mediaciones intersubjetivas que otorgan sentido a su subjetividad tal vez sea tan reduccionista como aquella que impugna la con-

<sup>1</sup> Las actitudes emocionales son tomadas como ejemplo por Moya (1993) para el desarrollo teórico del problema que plantean las actitudes intencionales. Según su concepción, “las actitudes emocionales (...) son la base de las actitudes intencionales, en que ellas proveen una base para aprender los conceptos de actitudes intencionales estándar, llamadas actitudes proposicionales: creencias, deseos, intenciones...” (pág. 8)



cesión de pasaporte científico a los enunciados de referencia mental de Primera persona.

**Dos pronombres para una Primera persona: niveles de la experiencia humana**

*La mente es formada en gran medida por el acto de inventar el yo, pues en los prolongados y repetitivos actos de autoinvención, definimos el mundo, el alcance de nuestra acción respecto a él y la índole de la epistemología que gobierna el modo en que el yo debe conocer el mundo, y, por cierto, conocerse a sí mismo reflexivamente. J. Bruner (1991)*

La autoatribución de mente en sus niveles más altos está guiando nuestra actividad comunicativa intrasubjetiva. Tomar nuestro yo como objeto de representaciones implica una conciencia reflexiva cuya forma específicamente humana, desde las perspectivas sociohistóricas en psicología, supone una naturaleza semiótica (Werstch, 1988; Vigotski, 1988; Rivière, 1988). La asunción del origen social de la conciencia derivada de las posiciones vigotskianas pone de relieve el papel de la mediación simbólica en el desarrollo de la conciencia, concebida como “*contacto social con uno mismo*” (Vigotsky, 1924, citado en Rivière, 1988).

Esa relación define como objeto al propio sujeto que se subjetiva progresivamente en el transcurso de su desarrollo, incrementando los niveles de autorreflexividad a lo largo de su evolución.

De manera que en cierto sentido se va a objetivar en el más alto grado, precisamente en la medida que se subjetiva en el más alto grado. La conciencia reflexiva permite, como señalábamos más arriba al puntualizar su intencionalidad recursiva, que la Primera persona se convierta en sujeto y objeto de atribuciones mentales, en el seno de las relaciones interpersonales.

Son dos procesos complementarios: el máximo nivel de subjetivación que probablemente se produzca en el mundo biológico, se da en la mente humana (Humphrey, 1983, 1986, 1995; Mithen, 1998), aquella mente que realiza también la más alta objetivación sobre sí misma. Es decir que se convierte en objeto de sus relaciones y se comunica consigo misma.

Nos preguntamos cosas, nos enunciamos cosas, nos narramos cosas, nos argumentamos cosas, nos explicamos cosas, nos recordamos cosas *a nosotros mismos* y *de nosotros mismos*: actividades comunicativas intrasubjetivas que suponen la definición de un sí mismo como sujeto y objeto de sus propias relaciones (Nelson, 1996). Una definición no sólo de las invariantes cognitivas del objeto (“yo”) sino también una definición connotativa de tal objeto: nos apreciamos o nos depreciamos, nos queremos o no, nos consideramos valiosos o insignificantes, etc.



Esto implica que esa autorrelación puede ser investida de distintas maneras de forma connotativa.

En otras palabras, la relación que establecemos con nosotros mismos y con el mundo a partir de la articulación de ambas instancias (yo como sujeto o / yo como objeto) constituye un aspecto esencial en el desarrollo de nuestro *significado personal* (Guidano, 1987).

Desde el punto de vista psicoterapéutico, es de fundamental importancia la consideración del entramado de esos dos niveles : la Primera persona como *sujeto* que explica, predica, cuenta, hace narraciones acerca de sí, y la Primera persona como *objeto* de tales enunciados. La distinción del “yo” como sujeto y el “yo” como objeto<sup>2</sup> (James, 1890; Mead, 1934) introduce una instancia reflexiva que no pertenece, como vemos, solamente al dominio de la lingüística.

Nos centraremos en algunos lineamientos teóricos enmarcados en el enfoque cognitivo **posracionalista**<sup>3</sup> (Guidano, 1987, 1990, 1991, 1995, 1997, 1998), que desde un abordaje psicoterapéutico presenta puntos de contacto con las inquietudes formuladas hasta aquí.

De acuerdo con lo planteado por Ricoeur (1990) al considerar la dificultad de concebir la *experiencia* en estado puro, los seres humanos necesitamos *explicaciones* de la propia experiencia. Podríamos pensar, en palabras de Eco<sup>4</sup>, que “las primeras impresiones sobre nuestros sentidos (...) son ellas mismas lo desconocido hasta que la mente no llega a arroparlas de predicados” (1997, pág. 74).

Desde la perspectiva que presentamos la construcción de un sentido de sí mismo consistente dentro de la trama biográfica en que se desarrolla nuestra experiencia humana, implica la articulación significativa de dos niveles de experiencia:

*Nivel de la experiencia* inmediata: la realidad momentánea y corporal que manifies-

<sup>2</sup> Distinción reflejada, en inglés, a través de los pronombres “*I / me*”. Nos referiremos a ellos como “yo” (sujeto) y “*mi*” (objeto), como es habitual en las traducciones relativas a estos términos en la bibliografía psicológica.

<sup>3</sup> Este enfoque se incluye dentro del marco más general de las terapias cognitivas constructivistas. Cuatro aspectos fundamentales constituyen el núcleo de sus estudios: las capacidades de autoorganización de los seres humanos, la teoría del vínculo como paradigma integrador, el desarrollo como reorganización del autoconocimiento y la evolución del conocimiento como un proceso dinámico de equilibrio. (Guidano, 1995, pág. 120). Estos ejes son desarrollados en torno a un problema central: la identidad personal –la complejidad, la coherencia histórica y la naturaleza siempre en proceso del sí mismo– concebida como inseparable del campo interpersonal.

<sup>4</sup> En el texto citado, Eco hace referencia a la semiótica de Peirce (Eco, U., 1997).



ta una manera inevitable de ser en el mundo para el sujeto. Experiencias emocionales (por ej., sensación de miedo, dolor, alegría, etc.) cuya evidencia para el sujeto constituye un “hecho” al que accede de forma inmediata, y por tanto es ineludible e innegable para sí. Evidencia que, por su naturaleza, no está sujeta a juicios de verdad o falsedad.

*Nivel de la explicación*, nivel reflexivo a través del cual la experiencia inmediata se organiza sobre la base a la imposición de distinciones y referencias. Estas estructuran y ordenan la experiencia en curso, que de este modo adopta coherencia y sentido en un continuum vital. Que nuestras explicaciones acerca de nosotros mismos sean consistentes con nuestra experiencia emocional permite la construcción en el tiempo de un sentido de la propia identidad, provisto de continuidad histórica y lógica interna. Estas representan condiciones necesarias para la preservación de la integridad personal autopercibida (Guidano 1995).

Puede interpretarse en tal dirección la afirmación de Bruner (1991), cuando señala que “para salir adelante uno necesita una buena teoría y las teorías deben empezar internamente. La más importante es una teoría acerca de uno mismo” (1991, pág. 200). Tanto las experiencias que vivimos como las explicaciones que sobre ellas co-construimos representan constricciones y a la vez condiciones de posibilidad en la elaboración de teorías acerca de nosotros mismos (Lawrence & Valsiner, 1993; Valsiner, 1996; Barclay & Smith, 1992).

La articulación de estos niveles, *experiencia/explicación* supone la relación dinámica entre el “yo” que actúa y experimenta (nivel de la experiencia inmediata) y el “mí” que lo observa y evalúa (nivel de la experiencia mediata de las explicaciones). De este modo, el interjuego del yo como sujeto y objeto permite entender el sentido de sí mismo como un proceso que emerge de la autorreferencia abstracta y significativa de la propia experiencia (Guidano, 1991; Csikszentmihalyi & Figurski, 1982)

Desde este enfoque, la **Primera persona** pondría en juego diversas perspectivas **sobre sí misma**, dos de las cuales son las que nos interesa destacar en función del recorrido propuesto:

- a) Una perspectiva de Primera persona, el “yo” que actúa, experimenta y accede sin mediaciones a sus propios estados internos. *Yo como Sujeto*.
- b) Una perspectiva de Tercera persona, el “mí” que define como objeto al “yo”, el “mí” que observa y evalúa, y cuyas explicaciones estarían mediadas por complejos patrones afectivo-emocionales cognitivos construidos a lo largo del desarrollo en el seno de la intersubjetividad. *Yo como objeto*.





Ambas perspectivas son necesarias en la articulación de una coherencia narrativa que hace posible la integración de las experiencias emocionales en un continuo significativo para el yo, que le proporciona instrumentos de comprensión afectiva y cognitiva cada vez más complejos durante el transcurso de su desarrollo.

*Ambas perspectivas de la Primera persona sobre sí misma constituyen un papel esencial en la construcción de la propia identidad dotada de un sentido biográfico.*

El abordaje clínico congruente con tales asunciones teóricas no orientará sus intervenciones sólo al plano de las “explicaciones” que tiene el sujeto (sistema de creencias) prescindiendo de la experiencia afectiva, ni sólo al plano fenomenológico de su experiencia inmediata (exploración emocional), prescindiendo de sus explicaciones. Guidano (1997) señala que “cualquier reordenamiento racional-cognitivo (explicación) consiste en operar con las coherencias de las reglas lógico-semánticas para hacer consistente el flujo de la experiencia inmediata y la continuidad de nuestra evaluación del mundo” (1997, pág. 372).

Podemos reconocer a lo largo del transcurso de una vida eventos que provocan *experiencias* emocionales que irrumpen en la trama biográfica y que, al no ser integrados en *explicaciones* consistentes, inhiben un sentido coherente del self, poniendo en peligro el costoso entramado de la subjetividad. En palabras de Bruner (1991), “la vinculación de experiencia en narrativas provee un marco que permite a los humanos interpretar su experiencia y la de otros. Si estos marcos no estuvieran narrativizados, estaríamos perdidos en una oscuridad de experiencia caótica y probablemente no hubiéramos sobrevivido en ningún caso” (1991, pág. 90).

La articulación de los distintos niveles de experiencia en el trabajo terapéutico tiene como finalidad no solamente el restablecimiento del entramado yo/mí sino también el incremento de la flexibilidad en la producción de posibilidades narrativas<sup>5</sup>. Desde esta perspectiva, no son las explicaciones irracionales o las emociones disruptivas *en sí mismas* las que definirían las alteraciones del sentido de sí mismo. Es la dificultad –o imposibilidad– para encontrar, dentro de la coherencia narrativa en curso, la sintaxis correspondiente a la propia producción de un mundo significativo lo que configuraría una condición psicopatológica.

<sup>5</sup> A modo de ejemplo, que por razones de espacio hemos tenido que simplificar, consignamos que en la identificación de escenas significativas, a partir del reconocimiento del “yo objeto” (*mí*) en el “yo sujeto” (“yo”), se trabaja la visión desde dentro (subjetivización) y desde afuera de la escena (objetivización) **desde la perspectiva del sujeto** (Primera persona, autorreferencialidad). Luego la escena es vista nuevamente por el sujeto adoptando el punto de vista de un hipotético **observador** (Tercera persona, heterorreferencialidad).



Si bien escapa a los objetivos del presente trabajo el análisis de las intervenciones psicoterapéuticas, creemos conveniente destacar que las psicoterapias cognitivas tradicionales (Beck, 1997; Ellis, 1997; Meichenbaum, 1997) focalizan el nivel de las *explicaciones* en sus esfuerzos terapéuticos.

La emergencia de experiencias emocionales disruptivas es atribuida desde esos enfoques a la irracionalidad del sistema de creencias del sujeto. Así, sus orientaciones clínicas se dirigen a la detección y análisis de pensamientos irracionales del sujeto y a su ulterior reemplazo por un sistema de creencias propuesto por el terapeuta, considerado adecuado en función de la lógica de la correspondencia externa (Mahoney, 1991).

Desde nuestro punto de vista, podría considerarse que dichas perspectivas priorizan el abordaje del nivel del “mí” en la experiencia del sujeto para oponerle a esa objetivación una lógica externa. La lógica de la Tercera persona (el terapeuta) queda establecida así como parámetro privilegiado de contraste, de modo semejante a las posiciones conductistas.

La diferencia entre unas intervenciones y otras en este aspecto es que mientras las terapias conductistas apuntan a la modificación de las conductas inadecuadas del sujeto (podría pensarse este enfoque a la manera de un “eliminacionismo de la Primera persona”), las terapias cognitivas tradicionales apuntan a la modificación de los pensamientos inadecuados del sujeto. Nos preguntamos si podría concebirse esta última como una postura que toma en cuenta el interjuego entre la Tercera persona –terapeuta– y la Primera persona –paciente– reduciendo ésta a la perspectiva del “mí” (explicaciones). Al excluir su articulación intrasubjetiva con el “yo” (experiencia), lo que resultaría finalmente sería un “eliminacionismo del yo de la Primera persona”. Se contraponen, entonces, el sistema irracional de creencias, evaluaciones y pensamientos del paciente con el sistema racional del terapeuta.

De esta forma se dejaría de lado el trabajo en la *interfaz intrasubjetiva* experiencia emocional/explicación (Guidano, 1998), para dar lugar a un trabajo de confrontación intelectual: explicaciones del sujeto vs. explicaciones del terapeuta, encontrando incluso que no hay allí nada para debatir.

Podemos, por ejemplo, darnos complejas y elaboradas explicaciones acerca de la irracionalidad de la rabia que nos asalta cada mañana en la fila del autobús y estar de acuerdo con el terapeuta acerca de su inadecuación. Sin embargo, la experiencia emocional sigue siendo la misma, ya que no es integrada en la trama narrativa del sujeto para su comprensión significativa.

En cambio, lo que se lleva a cabo es una doble evaluación de la experiencia emocio-



nal: la evaluación de Tercera persona (terapeuta) y la evaluación del “mí” (perspectiva objetivadora de Primera persona). Desde el punto de vista que presentamos, donde se concentra el problema no es en la interfaz:

Explicación de X / Explicación de Y sino en la interfaz:

Experiencia emocional de Y / Explicación de Y.

Esta última afirmación no supone un “eliminacionismo de la Tercera persona” en el enfoque clínico, desde el momento en que es justamente la intervención terapéutica (en la “Tercera persona” del terapeuta) la que orienta, dirige y hace posible el trabajo en esa interfaz.<sup>6</sup>

Por último, encontraríamos que ambos enfoques psicoterapéuticos, conductista y cognitivo tradicional, excluirían, por diferentes vías, la consideración de las experiencias emocionales (es decir la perspectiva del “yo” como sujeto) en el tratamiento de las alteraciones psicológicas. Tampoco estas formulaciones clínicas contemplan en su integridad la perspectiva de la Primera persona atendiendo a ambos aspectos: como *sujeto* y *objeto* de sus relaciones.

La complejidad evolutiva que implica el desarrollo de la capacidad autorreflexiva y sus posibilidades para la mente humana hace que su descuido, desde la práctica psicoterapéutica, sea por lo menos llamativo. Por otro lado subrayamos qué intenciones, creencias, deseos, emociones, pensamientos constituyen el material psicoterapéutico por excelencia. Prescindir de unos u otros supone, en último caso, una elección teórica cuyos fundamentos consideraríamos preciso poner en discusión.

#### **A modo de conclusión: engaño y autoengaño.**

No quisiéramos terminar estos apuntes –que sólo intentan trazar algunos itinerarios iniciales frente al mapa complejo y a la vez provocador de la comprensión de lo mental– sin hacer una breve referencia al papel de la autoconciencia en la preservación del sentido de sí mismo desde la línea terapéutica comentada. A partir de los aportes derivados de distintas áreas de estudio del *mundo mental*, tales referencias encauzan nuestros interrogantes a través de puntos de contacto antes no entrevistados.

Más arriba consignábamos que el máximo nivel de subjetivación se produce en aquella mente que realiza la más alta objetivación sobre sí misma –que hasta donde sabemos, se trata de la mente humana.

---

<sup>6</sup> Para un análisis detallado de los desarrollos teóricos e intervenciones clínicas correspondientes a este modelo puede consultarse Guidano, 1991, 1998 .



Desde el modelo de psicoterapia cognitiva posracionalista, la autoconciencia se concibe no tanto como una imagen de uno mismo objetivamente vista desde afuera, sino como un proceso reflexivo de autorreferir la experiencia inmediata.

Dicho proceso tendría como finalidad la de amplificar los aspectos consistentes del “mí” percibido, inhibiendo los que resultan discrepantes. Debido a que el yo que actúa y vivencia está siempre “un paso más allá de la evaluación del mí que explica, todos estamos en la posición de vivenciar más de lo que se requeriría para mantener nuestra propia consistencia” (Guidano, 1997, pág. 373).

Por lo tanto, adquiere una gran importancia nuestra capacidad de procesar experiencia inmediata conforme se lleva a cabo su autorreferencia y reordenamiento (desde los niveles tácitos hasta los más explícitos). ¿Por qué se vuelve esencial dicha capacidad? Su finalidad es dejar fuera de la conciencia aquellos datos que son irrelevantes o discrepantes con la evaluación elegida de la situación y de nosotros mismos.

*“En este sentido, se podría decir que no hay **autoconciencia** viable sin un nivel adecuado de **autoengaño**”* (Guidano, 1997, pág. 373).

Esto nos recuerda la lapidaria manifestación que Borges realizara en oportunidad de ser interrogado acerca de la obra de un artista prestigioso: “Su carencia de realidad sólo es comparable a su carencia, también desesperante, de irrealidad”.

Tanto la falta de autoconciencia como la falta de autoengaño alteran el equilibrio adaptativo que hace posible el mantenimiento de una autoimagen valorada y aceptable de sí mismo. Así, sostiene Guidano (1997) que “el autoengaño excesivo incrementa la incapacidad de decodificar la experiencia inmediata a niveles críticos incontrolables, mientras que el autoengaño reducido incrementa desproporcionadamente los procesos de autorreferencia, alcanzando niveles de complejidad en las dinámicas de la identidad personal difíciles de manejar” (op.cit., pág. 373).

Nos preguntarnos si, así como la capacidad de engaño en sus distintos niveles (Mitchell, 1986, citado en Riviére y Nuñez, 1996) otorga ventajas adaptativas específicas, niveles adecuados de “autoengaño” –en el sentido expresado más arriba– podrían ser considerados de valor adaptativo para el yo, en la medida en que inhiben la aparición desmesurada de información que no podríamos articular sin poner en riesgo nuestro sentido de identidad personal.

Nuevamente nos situamos frente a una recursividad que en este punto nos plantearía la paradoja de explicar cómo la mente más hábil para el engaño también tiene, por tanto, la capacidad de convertir a su propio yo en objeto de engaño, tan hábilmente que para preservar su integridad, el engaño de “valor adaptativo” no debe ser descu-



bierto por quien lo produce.

Finalmente, las creencias –falsas o verdaderas; racionales o irracionales–, los pensamientos, los deseos, las emociones, las intenciones no son instancias impersonales de registro e intervención aisladas, pertenecen al mundo personal de conjugaciones mentalistas humanas, cuya gramática se funda en la intersubjetividad.

En este sentido, consideramos que las posiciones filosóficas y psicológicas respecto del conocimiento del mundo mental indicadas en el inicio resultan iluminadoras de otros campos de análisis, como el de las psicoterapias, que confluyen en el intento de explicar cuestiones relativas a aquello que Brentano definía como fenómenos psicológicos.

El estudio y profundización de tales desarrollos teóricos incumben de manera fundamental al ámbito psicoterapéutico, donde las historias humanas se narran en el espacio de un vínculo afectivo interpersonal que requiere de intérpretes competentes.

#### **Descriptorios**

Primera persona / Tercera persona / psicoterapia cognitiva.

First person / third person / cognitive psychotherapy

#### **Bibliografía**

Barclay, C. (1996). “Autobiographical remembering: Narrative constraints on objectified selves”, en Rubin, D. (Ed) *Remembering our past. Studies in autobiographical memory*. Cambridge, Cambridge University Press.

Barclay, C. & Smith, T. (1992). “Autobiographical remembering: Creating personal culture”, en Conway, M. et al (eds) *Theoretical perspectives on autobiographical memory*. Dordrecht, The Netherlands, Kluwer Academic.

Beck, A. (1997). “Terapia cognitiva: Pasado, presente y futuro”, en Mahoney, M. (Ed.) *Psicoterapias cognitivas y constructivistas. Teoría, investigación y práctica*. Bilbao, Desclée de Brouwer.

Brentano, F. (1874). *Psychologie vom empirischen Standpunkte*. Leipzig.

Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Cambridge MA., Harvard University Press. (Trad. cast. Barcelona, Gedisa, 1988).

Bruner, Jerome. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, Mass. Harvard University Press. (Trad. cast., Madrid, Alianza, 1991).



Bruner, J. y Weisser, S. (1991). "La invención del yo: la autobiografía y sus formas", en Olson, D. & Torrance, N. (comp.) (1991) *Literacy and Orality*. Cambridge University Press. (Trad. cast. Barcelona, Gedisa, 1995).

Csikszentmihalyi, M. & Figurski (1982). "Self-awareness and aversive experience in everyday life". *Journal of Personality*, 50, págs.15-28.

Chirinos, M. (1994). *Intencionalidad y verdad en el juicio*. Pamplona, Eunsa.

Eco, U. (1997). "Kant, Peirce y el ornitorrinco", en *Kant y el ornitorrinco*. Milán. Lumen.

Ellis, A. (1997). Reflexiones sobre la terapia racional-emotiva. En Mahoney, M. (Ed.) *Psicoterapias cognitivas y constructivistas. Teoría, investigación y práctica*. Bilbao. Desclée de Brouwer.

Gardner, H. (1987). *La nueva ciencia de la mente. Historia de la revolución cognitiva*. Barcelona. Paidós.

Goodman, N. (1978). *Ways of worldmaking*. Hassocks. Sussex. Harvester Press.

Guidano, V. (1987). *Complexity of the self*. Nueva York. Guilford Press.

(1990). "De la revolución cognitiva a la intervención sistémica en términos de complejidad. La relación entre teoría y práctica en la evolución de un terapeuta cognitivo". *Revista de Psicoterapia*. Vol. I, N° 2-3.

(1991). *The Self in Process*. Nueva York. Guilford Press. (Trad. cast., Barcelona, Paidós, 1994).

(1995). "Un enfoque constructivista de los procesos del conocimiento humano". En Mahoney, M. (ed) *Cognitive and constructive psychoterapies. Theory, research and practice*. Springer Publishing Company and the American Psychological Association. (Trad. cast., Bilbao, Desclée de Brouwer, 1997).

(1995). *Desarrollo de la terapia cognitiva posracionalista*. Chile. Ed. Instituto de Terapia Cognitiva.

(1997). "Estado de la cuestión en la terapia cognitiva posracionalista", en Caro, Isabel (Comp) *Manual de psicoterapia cognitiva*, Barcelona. Paidós.

(1998). "La autoobservación en la psicología constructivista", en Neimeyer, R. y Ma-



- honey, M. (eds) *Constructivismo en psicoterapia*. Barcelona, Paidós.
- Guidano, V. y Liotti, G. (1983). *Cognitive processes and emotional disorders*. Nueva York. Guilford Press.
- Humphrey, N. (1983). *La reconquista de la conciencia. Desarrollo de la mente humana*. México. Fondo de Cultura Económica.
- Humphrey, N. (1986). *The Inner Eye*. Faber and Faber. (Trad. cast. Madrid, Alianza, 1993).
- (1995). *Una historia de la mente. La evolución y el nacimiento de la conciencia*. Barcelona, Gedisa.
- James, W. (1890). *Principles of psychology*. Nueva York. Holt, Rinehart & Winston.
- Lawrence, J. A. & Valsiner, J. (1993). "Conceptual roots of internalization: From transmission to transformatio". *Human development*, 36, págs. 150-167.
- Mahoney, M. (1991). *Human change processes. The scientific foundations of psychotherapy*, Basic Books.
- Markus, H. & Nurius, P. (1986). "Possible selves". *American psychologist*, 41, 954-969.
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self and society*. Chicago, Chicago University Press.
- Meichenbaum, D. (1997). "Cambios en las concepciones de la modificación de conducta cognitiva: Pasado y futuro", en Mahoney, M.(Ed.) *Psicoterapias cognitivas y constructivistas. Teoría, investigación y práctica*. Bilbao. Desclée de Brouwer.
- Mithen, S. (1998) *Arqueología de la Mente*. Barcelona. Crítica.
- Moya, C. (1993). "Intentional attitudes: First and Third person", *First European Congress of Analytic Philosophy*. Aix-en-Provence.
- Nelson, K. (1996). *Language in Cognitive Development. The Emergence of the Mediated Mind*. Cambridge, Cambridge University Press.
- Polkinghorne, D. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. Albany, State University of New York Press.
- Ricoeur, P. (1990) *Soi-même comme un autre*. París, Editions du Seuil. (Trad. cast:



Madrid, Siglo XXI, 1996).

Rivière, A. (1988). *La psicología de Vigotsky*. Madrid. Visor.

(1991). *Objetos con mente*. Madrid. Alianza.

Rivière, A. y Nuñez, M. (1996). *La mirada mental*. Buenos Aires. Aique.

Valsiner, J. (1996). "Co-constructivismo y desarrollo: una tradición sociohistórica". *Anuario de Psicología*, 69. 63-82 Universidad de Barcelona.

Vigotsky, L. (1988). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. México, Grijalbo.

Wertsch, J. (1988). *Vygotsky y la formación social de la mente*. Barcelona. Paidós.

*Primera versión: 11 de julio de 2001*

*Aprobado: 9 de enero de 2002*