

La narrativa psicopatológica desde el enfoque de la complejidad

The psychopathology narration view from the complexity focus

Leonardo Yovany Álvarez Ramírez

Licenciado, Psicología; Especialista en Desarrollo Intelectual; Docente del Programa de Psicología de la
Universidad de Santander-Bucaramanga. leonardoalvarez64@gmail.com

Recibido 31 Marzo 2011 Aprobado 03 mayo 2011

RESUMEN

En la posmodernidad, el lenguaje y la narrativa se constituyeron en la base de la intervención psicoterapéutica, sin embargo las relaciones entre estos y la manera como los individuos estructuran y definen sus actos, creencias, sentimientos e interacciones se ha hecho desde un enfoque basado en valores de armonía, predicción y perfección propios de las ciencias modernas.

Objetivo: Señalar cómo la realidad desde la cual los individuos construyen su salud emocional puede entenderse desde estos valores pero también y al mismo tiempo, desde sus contrarios al plantear que su realidad personal y social implica la contradicción, la borrosidad, la impredeción, la incertidumbre (elementos del enfoque de la complejidad).

Materiales y Método: Se utiliza el análisis hermenéutico.

Conclusión: La salud mental basada en la intervención desde lo narrativo implica considerar el comportamiento individual y social como realidad compleja.

Palabras clave: Psicopatología, Narrativa, Incertidumbre, Salud Mental. (fuente: DeCS, BIREME)

ABSTRACT

In postmodern age, the language and the narration have become into the base of the psychotherapeutic intervention, however, the relationships between them and the way, individuals structure and define their behaviors, beliefs, feelings and interactions has been done since a focus based on values of harmony, prediction and perfection, which belong to modern sciences.

Objective: Positing how the reality since the people builds their emotional health should be understand from another and complementary values like contradiction, blurring, unpredictiveness, uncertainty (complexity model components).

Materials and methods: Hermeneutic is used to the analysis through

Discussion: That mental health intervention from a narration intervention implies reckoning the individual's behavior as a complex reality.

Key words: Psychopathology, Narration, Uncertainty, Mental Health. (source: MeSH, NLM)

La naturaleza de la experiencia humana ha venido impulsando a la investigación psicológica un nuevo paradigma de comprensión del comportamiento que dé cuenta de su complejidad (1), es así como se ha vuelto la atención hacia los juegos del lenguaje, hacia lo discursivo, hacia lo narrativo (2), al considerarlos factor fundamental en la organización, contenido y funcionamiento de los procesos psicológicos (3-5) lo cual ha llevado a las teorías constructivistas y socioconstruccionistas a expandir su corpus teórico.

Un enfoque que retoma al lenguaje como elemento central de estructuración de la experiencia psicológica ha sido el cognitivo-narrativo, cuya unidad de análisis es la "narrativa", entidad psicológica mediante la cual los seres humanos organizan y construyen su conocimiento de sí mismos, de los demás y del mundo en función de relatos y hacen uso de los juegos de lenguaje para conformarla; además, la reconocen como un fenómeno epigenético de progresiva complejidad (6,7).

El enfoque narrativo en psicopatología propone que ésta se construye con base en narrativas prototípicas de la depresión, ansiedad, obsesivo-compulsión, entre otras dado que en ellas, el individuo crea con el lenguaje, relatos de una experiencia con restricciones de flexibilidad, multiplicidad, complejidad, variedad que se oponen a construcciones saludables respecto de sí mismo, del mundo y de los otros.

En la actualidad, el advenimiento de la complejidad como paradigma de comprensión de la realidad ha penetrado en la psicología (8-10) y en particular en la psicopatología, por ejemplo, algunos autores retoman los procesos de "caos" en los trastornos psicológicos extendiendo aplicaciones de tipo psicoterapéutico derivadas de la perspectiva de la complejidad (11), sin embargo, lo narrativo, al estar unido al lenguaje y éste al logos con el cual se aprehende la realidad y se significa el contexto cultural (12), no plantea sujeciones teóricas de esta naturaleza aunque muchos de sus componentes estén asociados a una perspectiva que plantea similitudes.

La realidad desde una mirada compleja comporta propiedades de caoticidad, fractalidad, catastrofismo, y borrosidad (13), por otra parte, la narrativa se sirve de propiedades complejas como la variedad, la multiplicidad, la diversidad para explicar construcciones con mayor o menor grado de psicopatología lo cual llevaría a suponer en esto coincidencias con el paradigma de la complejidad al compartir una concepción no absolutista o reduccionista de la

misma en la cual predominan categorías dicotómicas mutuamente excluyentes para interpretar la experiencia personal y social. Así, resulta posible pensar en que la narrativa podría incorporar elementos adicionales del paradigma de la complejidad, confirmarse en otros y posiblemente repensar unos terceros al menos en lo relacionado con su concepción de lo psicopatológico.

Narrativa y coherencia desde la complejidad

En la narrativa psicopatológica (narrativa prototipo), pueden distinguirse tres dimensiones fundamentales: la estructura, el contenido y el proceso, las cuales operarían con elaboraciones obtenidas de modalidades sensoriales, cognitivas y emocionales en el proceso de construcción de la experiencia (14).

La conectividad entre los diferentes elementos de la estructura narrativa e inter-narrativas; la variedad, multiplicidad, diversidad de los contenidos inter e intra narrativos daría como resultado un discurso coherente, alejado de la psicopatología. Así las cosas, la narrativa prototipo como unidad discursiva psicopatológica está basada en la idea de "coherencia narrativa" y con ello fundamentada en el "orden" o en la congruencia.

En función de este atributo, la coherencia narrativa vendría asociada a los principios de continuidad y permanencia, relacionados con las ideas de "equilibrio" (hijas del paradigma positivista) con su interés por la simplificación y parametrización de la realidad, en oposición a un paradigma complejo. Este equilibrio está relacionado con la estabilidad narrativa la cual al perderse degenera en psicopatología. La búsqueda de la armonía entre dimensiones y entre construcciones sensoriales, cognitivas y afectivas de la narrativa propuestas por la psicoterapia cognitivo-narrativa se erige en la coherencia narrativa y por lo tanto su desarmonía llevaría a la psicopatología y desde allí la acción terapéutica habría de dirigirse a eliminar aspectos constructivos incoherentes o inarmónicos de la misma.

Considerar el tema de la "coherencia narrativa" desde una perspectiva compleja, implica aproximarse a la misma desde la "inestabilidad" en oposición a como está planteada originalmente desde el enfoque cognitivo-narrativo.

Desde una mirada compleja la persona tiene que no ser coherente para poder ser ella misma (Lo cual no implica la ausencia total de coherencia) (15), lo cual reivindica el proceso dinámico e inestable de la narrativa en la "búsqueda permanente" de organización del significado, en virtud de que esta es siempre inacabada, incompleta, en tanto polisémica al

ser estructurada con el lenguaje

Cada relato de la experiencia se constituye en un corpus semántico en el que el individuo se narra algo acerca de sí mismo, de los demás o del mundo, seleccionando episodios, eliminando significados, negando aspectos de lo vivido, manipulando lo narrado, propiedades que varían en lugar y tiempo y circunstancias.

De esta manera, el enfoque de la complejidad aplicado a la narrativa permite ver cómo esta se organiza y reorganiza indefinidamente, reemplazando, cambiando, sustituyendo, transformando, reenunciando discursos pues su contexto de emergencia vendría siendo una realidad compleja: “ambigua, difusa, caótica”, fundada en lo inestable, siempre con nuevas preguntas emergentes, con nuevos elementos y significados por relacionar, con dudas acerca de dichas relaciones en la organización de significados ya obtenida, es decir, con incompletud semántico-narrativa con posibilidad de nuevos matices, con insuficiencia en la aprehensión de la experiencia, es decir, con “inestabilidad”.

Desde las estructuras disipativas, se señala que el concepto de identidad personal en la cultura occidental está asociado a la preservación del equilibrio y por ello se valoran el control y superioridad personales para lograrlo (16), en particular podría pensarse al conferir un espacio de determinación narrativo intencional al individuo (17).

Desde esta perspectiva, la narrativa prototipo sería solo posible como un fenómeno descentralizado y no equilibrado pues se comporta ría como un sistema inestable de significados con aspectos no coherentes que le harían capaz de crearse y mantenerse en una identidad (prototipia). En este mismo sentido, un aspecto importante a considerar está relacionado con el modo intencional o no de organización de la coherencia narrativa. En el enfoque cognitivo-narrativo, el individuo tendría un sentido de “autoría” (intencionalidad) en su construcción narrativa y podría ejercer algún “control” o capacidad “organizativa” de la misma según su motivación, sin embargo esta modalidad de “organización narrativa” escapa en muchas oportunidades a tal intencionalidad y es cuando lo epigenético se hace cargo como ya se expresó con anterioridad. En esta circunstancia cuando lo motivacional cede su espacio a lo autoorganizativo del discurso, se confirma la naturaleza “caótica” de la construcción narrativa, esto es, la coherencia narrativa no está ligada siempre a su modificación intencional pues sigue una dinámica autoorganizativa que la dirige permitiendo solo ciertos márgenes de acción intencional en el ajuste (coherencia) del relato; por

otra parte, aún dentro de lo intencional, los individuos mantienen grandes dificultades para incorporar relatos alternativos en su experiencia aunque deseen hacerlo y se esfuercen por lograrlo, adicionalmente dicha coherencia es incluso manipulada como ya se anotó a través de diferentes estrategias de manipulación del significado, forzando en diversas ocasiones su coherencia a través del autoengaño para paliar los efectos dolorosos de la experiencia, por ejemplo, en el caso de la obsesivo-compulsión el individuo presenta una narrativa suficientemente bien estructurada y coherente de su experiencia presente y pasada, consigue construirla en detrimento de la complejidad de la experiencia sensorial, emocional y cognitiva; en otras palabras, al reducir la diversidad y cualidad de su campo experiencial fuerza la coherencia. En este caso, la contradicción es eliminada en función de la “coherencia narrativa”, sin embargo, una mirada desde la inestabilidad reivindica el papel de la contradicción como un atributo que interconecta los procesos en las diferentes modalidades (sensoriales, cognitivas y emocionales).

En otras palabras la incoherencia e inaceptación de la contradicción en la narrativa hace que el relato se torne psicopatológico, de esta manera, la coherencia narrativa suele dejar el campo de control intencional a un lado para actuar a través de su propio proceso de ajuste desde su autoorganización, desde su propia gramática la cual reordena desde diferentes contradicciones y manteniendo muchas de ellas. Aquí, retomando y aplicando lo propuesto por Le Moigne podría proponerse para el cambio narrativo un proceso de regulación y otro de transformación (18) ambos actuando en función de la coherencia narrativa cuya conjunción crearía una inhibición recíproca generadora de una percepción re organizativa que resulta compatible con la desconexión, discontinuidad, pérdida de autoría y singularidad señaladas por el enfoque cognitivo-narrativo en la búsqueda de coherencia narrativa y que apuntarían a la generación de psicopatología.

Narrativa y variabilidad: Analizando lo que se mantiene y lo que cambia y sus posibilidades desde un enfoque complejo.

Analizando la narrativa psicopatológica desde el segundo atributo de la realidad criticado por el paradigma de la complejidad, a las posiciones simplificadoras de esta el atributo de “la perfección”, el foco de atención se dirige al paradigma de la complejidad defiende que la realidad y en este caso el comportamiento humano es irregular y a la vez

regular y viceversa. Interpolando a lo narrativo, podría considerarse que un fractal podría representar una organización narrativa (narrativa prototípica) que se mantiene invariante a cualquier nivel de análisis (la parte tiene la misma forma que el todo), se repite reconfirmando al individuo en la misma, pero a su vez, lo hace al interior del caso particular generando aspectos discursivos propios, singulares que no le son propios a otros casos, aun manteniendo la misma organización. Se trata de lo irregular en lo regular (Lo cualitativo en lo cuantitativo): En el caso del individuo con trastorno de pánico se presenta una disminución en la capacidad para explorar la diversidad de la experiencia sensorial pues el individuo se concentra en la modalidad sensorial (Experiencias auditivas, visuales, gustativas, olfativas) lo cual deja escasa de contenido la modalidad cognitiva y emocional de la experiencia y en consecuencia deviene la "irregularidad" que instaura el trastorno. Lo sensorial sobre compensa y se hace cargo de la experiencia. Aplicando lo propuesto en la teorización de los fractales (19) podría interpretarse a la luz de los fractales (Patrones regulares de organización que indican un orden complejo en comportamientos aparentemente aleatorios) que la narrativa prototipo es "la misma siempre" (Regular al seguir una regla o patrón) porque siempre es diferente aunque no pase a ser otra (Irregular por no seguir una regla o patrón). Al interpretar a Codina acerca de los fractales, asumir la no linealidad en la narrativa significaría que esta siempre es la misma porque es siempre diferente (20), es decir, sigue una "gramática organizativa" como lo sostiene Mandler, a quien se hizo referencia con anterioridad, una supra estructura narrativa que le daría un aspecto de semejanza pero al mismo tiempo responde a la autoría individual con lo cual se vuelve novedosa e irreplicable (No linealidad de iteración temporal); en términos predictivos, la narrativa prototipo permitiría al individuo convertir la vida en algo coherente-aunque psicopatológico- evitando la ambigüedad, en el nivel micro evolutivo (tiempo real) de donde se constituiría en un "atractor"(o, en su caso, fuente) del sistema psicopatológico, y en el nivel macro evolutivo (a largo plazo) se consolidaría como el patrón narrativo prototípico.

La posibilidad de lo impredecible en la narrativa psicopatológica.

Finalizando con el análisis en función del tercer atributo del paradigma de la complejidad, es decir, el atributo de la "armonía" la multipotencialidad que se

confiere a la narrativa según Goncalves, se aviene a lo propuesto por el paradigma de la complejidad en tanto que ella permite un sentido de autoría que haría que la narrativa fuese impredecible a largo plazo. Su apertura a la multipotencialidad en medio de la espontaneidad, la provisionalidad, el tanteo, la flexibilidad aseguraría que esto fuese así. En el caso de la depresión, una nota característica de lo impredecible es que la disposición de los individuos llegar a ella (21) no estaría determinada idénticamente en todos, existiría más bien un continuo de riesgo para la depresión (22).

Por otra parte, algunos individuos pueden permanecer crónicamente deprimidos (pobre sentido de autoría, siguiendo el enfoque cognitivo-narrativo), mientras otros experimentan una remisión o un curso episódico en la depresión. En el caso de la distimia, se ha hallado que el curso de la entidad es fluctuante con exacerbaciones (Lo que podría interpretarse como un sentido de discontinuidad, desconexión y autoría que se pierden y recuperan abruptamente) que podían clasificarse en un episodio depresivo mayor, según Akiskal.

En el caso de la clasificación de los trastornos del estado de ánimo, la impredecibilidad deja evidencias claras, cuando siendo probable que en un trastorno haya fases diferentes, se clasifique en entidades clínicas distintas (La división marcada discreta entre narrativas que no muestra sus intersecciones o conjunciones, sino sus disyunciones (23), según el incremento o decremento de respuestas a eventos estresantes de la vida (Sentido de autoría en el enfoque de la complejidad). Por ejemplo, Keller y Shapiro acuñaron el término "doble depresión" (En la cual a la distimia le siguen episodios depresivos) categoría inexistente en el sistema de clasificación nosológico actual de los trastornos del estado de ánimo (24), con lo cual los pacientes son diagnosticados con los dos trastornos (Depresión mayor y distimia) siendo probable que en el caso de "doble depresión" se trate de dos fases diferentes de una misma condición, se diagnostican como dos entidades clínicas distintas atendiendo a un incremento o decremento de síntomas en respuesta a eventos vitales estresantes. Este aspecto plantea en términos narrativos que las narrativas mantienen puntos de intersección semánticos, matices, interconexiones en muchos casos como el presente que son borrosos pero que existen; adicionalmente, habría que apuntar que desde el mismo punto de vista "complejo" existen ecuaciones deterministas (25) según las cuales se puede replicar el comportamiento aunque su actividad

(como fractal) parezca aleatoria, si se cuenta con los datos de su inicio, lo cual desvanece posiciones absolutistas en el debate linealidad-circularidad en la explicación del comportamiento y para el caso que nos ocupa, de la psicopatología.

En conclusión el enfoque narrativo adopta atributos de la complejidad al establecer a la narrativa y a lenguaje como las unidades de análisis de la organización del significado psicopatológico. Incorpora la variedad, la complejidad, la diversidad y la multiplicidad como atributos que comprometen la construcción narrativa de esta realidad pero plantean dichas construcciones desde el orden y la coherencia narrativas cuando la experiencia vista desde lo complejo es caótica, contradictoria y paradójica, lo cual haría que la narrativa fuese un fenómeno de significación estructurado y dinamizado desde la inestabilidad y no desde la estabilidad.

Igualmente, con respecto a la armonía de las estructuras, contenidos y procesos y de las modalidades de construcción del conocimiento psicopatológico (sensoriales, emocionales y cognitivas), la idea de desarmonía entre ellas se plantea como el eje que sostiene la concepción de lo psicopatológico con lo cual, el planteamiento de la realidad compleja desde el lenguaje desaparece. Finalmente, asume lo predecible en el proceso de construcción de la realidad psicopatológica cuando determina la narrativa prototipo como la organización invariante que guía los actos de significado del individuo.

Se plantea que al ser la realidad un fenómeno complejo y el logos la forma de aprehenderla, lo psicopatológico sea concebido desde los atributos de caos, borrosidad, no linealidad, impredecibilidad para que lo narrativo otorgue a la psicopatología una dimensión menos restringida en su comprensión y facilite nuevas estrategias psicoterapéuticas.

REFERENCIAS

1. Goncalves O. Postmodern cognitive psychotherapy: From the university to the multidiversity. *Journal of cognitive psychotherapy*. 1997; 11:105-112.
2. Harré R, Gillet G. *The discursive mind*. New York: Sage 1994.45-123.
3. Bruner J. *Acts of meaning*. Cambridge.M.A: Harvard University Press 1991. 34-46.
4. Shotter J. *Dialogical Psychology*. En: *Rethinking Psychology*. London: Sage; 1995:46-67
5. Howard G. Cultural tales: A narrative approach to thinking cross-cultural psychology and psychotherapy. *American Psychologist*. 1991; (46): 187-197.
6. Mandler J. *Stories, swifts and scenes: Aspects of schema*

- theory". Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum 1984: 23-37.
7. Garate-Larrea. *La comprensión de cuentos en los niños*. Madrid: Siglo XXI.1994:16-98.
8. Scott G. *Time, rhythms and chaos in the new dialogue with nature*. Freeman, SD: Pine Hills Press. 1991:34-65.
9. Carver C. *Dynamical social psychology: Chaos and catastrophe for all*. *Psychological Inquiry*, 1997; 8(2), 100-119.
10. Rae F. *Application of Chaos Theory to Psychological Models*. Texas: Performance Strategies Publications.1993:13-56.
11. Masterpascua F, Perna P. *The psychological meaning of chaos*. Washington, USA; APA.1997:16-34
12. Bruner J. *Acts of meaning*. Cambridge.M.A: Harvard University Press.1991:12-45
13. Munnè F. *El retorno de la complejidad y la nueva imagen del ser humano: Hacia una psicología compleja*. *Revista Interamericana de Psicología*, 2004; 38(1) ,23-31.
14. Goncalves O. *Psicoterapia cognitivo-narrativa*". *Revista de Psicoterapia*, 1995; 7:101-112.
15. Munné F. *El self paradójico: La identidad como sustrato el self*. En: *La mirada psicológica. Grupos, procesos, lenguajes, culturas*. México: F.C.E; 2000:743-748.
16. Prigogine I. *Las leyes del caos*. Barcelona: Crítica.1999:12-34.
17. Goncalves O. *Psicoterapia cognitivo narrativa. Manual de terapia breve*. Biblioteca de Psicología. Bilbao. 2002:15-46.
18. Le Moigne J. *Crisis y cambio*. En: *La terapia familiar en transformación*. Barcelona: Paidós; 1998:12-45.
19. Mandelbrot, B. *Fractals: Form, chance, and dimension*. W.H. Freeman. San Francisco. 1997:12-56.
20. Codina N. *Auto descripción del self*". En: *El TST: Psicología & Sociedade*. Sao Paulo.1998.10 (1): 23-38.
21. Akiskal H. *Dysthymic disorder: psychopathology of proposed chronic depressive subtypes*. *American Journal of Psychiatry*, 1983; 137:1084- 1087.
22. Nettle D. *Evolutionary origins of depression: a review and reformulation*. *Journal of Affect Disorders*, 2004; 81:91-102.
23. Klein D, Santiago N. *Dysthymia and chronic depression: introduction, classification, risk factors and course*. *Journal Clinical of Psychology*, 2003; 59:807-816.
24. Keller M, Shapiro D. *"Double Depression": superimposition of acute depressive episodes on chronic depressive disorders*. *American Journal of Psychiatry*, 1982; 438-442.
25. Prigogine, I. *Self-Organization in Non-Equilibrium Systems*. Wiley. San Francisco.1977.45-68.