

# Psicología Holística

Autor Fernando Estévez Griego Ph. D.

*Desde hace tiempo se necesitaba una exposición sistemática sobre Psicología Holística que pudiera considerarse representativa de la forma de pensar sobre esta disciplina en nuestro medio. El Dr. **Estévez Griego** es un exponente de esta necesidad, que ambos compartimos hace tiempo. Este es un trabajo de investigación basado en la fundamentación detallada del origen, desarrollo e influencias de esta ciencia. Lo cual nos lleva a ser replanteamiento y praxis. El lector encontrará en el transcurso de esta obra, un recorrido por diferentes concepciones que permitirán esclarecer el objetivo de la misma, desde una claridad y sencillez que le son propias al autor, cuyo esfuerzo de exposición nos muestra un investigador que indaga y opera desde sus propias experiencias logrando así una síntesis exhaustiva de este tema.*

**Lic. Mariel Lagomarsino**

*Presidenta de la Asociación Argentina de Psicología Holística. Mariel Lagomarsino, es Licenciada en Psicología, Psicoanalista, y Psicóloga Clínica. Ex-profesora en la carrera de Psicología de la Universidad John F. Kennedy. Actualmente preside la Asociación Argentina de Psicología Holística y Psicología Somática.*

## Psicología Holística

(¿Volver a Adler o ser uno mismo?)

### Fundamentos teóricos de la Psicología Holística

Por F. Estévez Griego Ph. D.

#### I. Exposición Analítica

##### Conceptos Generales

El propósito de este trabajo es establecer las bases teóricas de la Psicología Holística como corrientes integrativa que toma sus fundamentos de la propuesta de la Psicología del Individuo de Alfred, Rudolf Dreikurs y Don Dinkmeyer, la cual puede considerarse una Psicología Cognitiva.

Esto nos permite integrar diferentes teorías y técnicas desarrolladas por la Psicología en un marco holístico que estudia y comprende al individuo como una **unidad indivisible** PSICO-FISICA-ESPIRITUAL, desde un enfoque personal, social y ambiental, que lo asocia a diversos sistemas y conjuntos de éstos, mediante estructuras en las cuales se encuentra inserto.

Para esto es necesario comprender que la evolución de la Psicología en los últimos 100 años ha tenido varios enfoques, perspectivas o puntos de vistas según diversos objetivos. Sin embargo lejos de diferir profundamente las diferentes corrientes psicológicas, solo se complementan en el estudio de la Mente humana por un lado y la Conductología por otro. Desde esta óptica podemos dividir las escuelas de Psicología en tres grupos diferentes y bien definidos según su objetivo. Un primer grupo denominado corrientes de la Psicología Terapéutica, que tiene como meta primordial curar, mejorar o solucionar ciertas Patologías, clasificadas y estudiadas previamente las cuales son abordables desde diversas técnicas y métodos. Por otro lado existen corrientes psicológicas que se dirigen a otros objetivos tales como el desarrollo profesional, y personal, la capacidad creativa o la expansión de la conciencia. Así como la potencialización de la productividad y organización de determinadas estructuras. Estas escuelas las denominaremos como propias de la Psicología Desarrollista que tienen como fin la realización de diferentes metas o logros del individuo en su existencia. Por último podemos encontrar una corriente contemporánea sobre la cual esbozamos este trabajo y nuestra propuesta, que denominaremos Psicología Holística. La cual incluye las otras dos y se dirige al estudio de los procesos psicológicos del individuo y la sociedad, a partir de la Psicología Personal, la Psicología Social y la Psicología Eto-ecológica o Psicología del Medio Ambiente. Abarcando la relación tridimensional existencial del individuo como uno e indivisible, en relación a diferentes sistemas que componen un Todo.

### **Los orígenes de la Psicología de Grecia a India.**

En la antigua Grecia, **Pitágoras** fue, según Diógenes Laercio (570 a 489 A.C), quien primero distinguió tres facultades del alma: la inteligencia y la razón que las situó en el cerebro, y la pasión situada en el corazón. Posteriormente, **Aristóteles**, escribe su tratado sobre el alma, que es un verdadero estudio de la psicología del mundo. Para Aristóteles, el Alma es la energía o entelequia que da aliento a un cuerpo orgánico, un modo de ver el alma que es similar al del Buddha. Paralelamente, en India, el nepalés **Siddharta Gautama**, conocido como el Buddha (556-436 A.C.), fue quien primero habló de la existencia y procesos de la mente y de la inexistencia del alma como un ente eterno y constata, proponiendo el camino de la razón por sobre el de la devoción, para comprender la conducta humana. Epicureo aportó el conocimiento de que todo acto humano estaba guiado por el principio de placer. Buddha nos ilustró que todo acto estaba a la vez guiado por una motivación de evitar el sufrimiento, insatisfacción o dolor, para lo cual estableció un método. Mientras en Grecia se resaltó la búsqueda de la Felicidad, paralelamente en India se procuraba la Tranquilidad y paz espiritual que conducía a la Calma, dos principios que han

guiado a todo ser humano, y sobre los cuales se han edificado los valores y costumbres de diversas civilizaciones.

Pero no fue Buddha quien estableció los principios de la llamada Psicología Budista, base y pilar fundamental de la psicología transpersonal contemporánea, sino que esa tarea obedeció al ingenio de **Sariputra**, un discípulo suyo que profundizó en el desarrollo de una Psicología apartada del concepto de Alma, la cual se basaba en la Generación de Realidades. En India, **Asanga**, padre de la escuela de los Seguidores de Mente Nada Más o Escuela de la Mente, fue el primero en establecer una escuela propia de Psicología, influido por Maitreya, postulador de las teorías de dicha corriente y maestro de Asanga. Tanto Occidente como Oriente fueron posteriormente invadidos por la Psicología Teocéntrica, la cual declinó con la aparición del saber científico. Sin embargo, fue Descartes quien con su racionalismo generó un dualismo cuerpo/mente, hasta que Johann Friedrich Nerbart en el 1900, establece que la Psicología es una ciencia autónoma, lo cual fue asumido por Fechner, James y Wundt. Actualmente, un Psicólogo es un profesional que estudia el comportamiento de los organismos vivos.

### **La Psicología Holística.**

La idea central de nuestro trabajo es desarrollar una corriente psicológica integral, integrativa y globalizante, que permita comprender las psicologías terapéuticas y las desarrollistas, integrándolas y no excluyéndolas, con el fin de satisfacer las demandas de los pacientes en las primeras, y de los clientes en las segundas. Agrupando, ordenando y estructurando los estudios realizados por las corrientes mentalistas y las propias de la conductología psicológica. Esta clasificación se hace necesaria para poder comprender ciertas investigaciones, que por problemas semánticos han dado lugar a serias confusiones. Pero fundamentalmente parece ser el camino que debemos seguir para comprender el cambio total que se ha producido en estos últimos años en la psicología, tanto a nivel científico como a nivel socio-cultural donde el factor económico ha hecho depender a la Psicología de las leyes propias del mercado, tanto como de las necesidades evolutivas de la especie. Para este trabajo la fuente indiscutible de inspiración ha sido Lacan quien con su planteo teórico, sino sentimental de volver a Freud nos ha hecho redescubrir a este en toda su enorme dimensión y a su vez nos ha dado la fuerza necesaria para obligatoriamente tener que volver a Adler. A partir de esta vuelta a Adler, y de su replanteo teórico he descubierto en la segunda escuela de Viena, (la primera fue la de Freud) el valor no menos genial, de la óptica adleriana a favor de una Psicología Holística. (Resultante posterior de la Psicología Individual de Adler, en su replanteo histórico-cultural de nuestro tiempo). Este viaje a Freud que me ha hecho volver a Adler, me ha obligado también a la no menos necesaria tarea de estudiar la tercera escuela psicológica de Viena de Viktor Frankl, para recomponer el momento histórico donde los tres teóricos elaboraron sus similitudes y coincidencias ordenando los hechos y aportes que sorprendentemente pueden englobarse dentro de un esquema general del cual ya ha sido mi cómplice el Dr. Carl Gustav Jung. En efecto, el planteo de Adler

no podría ser comprendido si tan arduamente Jung no hubiera intentado conciliar en cierta forma la escuela freudiana y la adleriana. Pero a su vez el riesgo que corría en mis estudios e investigaciones era por un lado el de no traicionar a Freud, sin por ello apartarme de la esencia de Adler. Para dicho fin he comprendido que la aplicación del Análisis a la Psicología como método que divide la realidad en partes para su estudio, debía ser seguido de la Holosis, como método que integra esas partes en una estructura que forma parte a su vez de un sistema que como conjunto puede y debe integrar conjuntos mayores, para conformar un todo aparente o referente, sino real. (Smuts 1926, en Holismo y Evolución). Esta visión expuesta por Smuts no solo es aplicable a todas las cosas sino fundamentalmente a la Psicología que estudia la forma de comprender simbólicamente esas estructuras por medio de representaciones constantes. Para poder comprender hacia donde me dirijo, es necesario remitirme al Dr. Stern y el Dr. Dreikurs, y sus trabajos sobre Psicoterapias en la Actualidad que fuera editado en 1952 en Zurich, Suiza.

### **Volver a Adler.**

En el libro sobre Psicoterapias en la Actualidad del Dr. Erich Stern, el **Dr. Rudolf Dreikurs** dice textualmente: "La psicología de Adler es **Holística**. En su época, el nombre de "holismo" no se conocía aún; lo acuñó Smuts (1) en 1926. Este concepto es idéntico al adleriano de la personalidad total. Ese estudio de la totalidad del hombre (Ser Humano) condujo a la denominación de "psicología individual", que a menudo ha conducido a error. Lo que Adler quería hacer resaltar era que el individuo es indivisible (**individus**). En la actualidad, tiene mucha aceptación el concepto, propuesto primeramente en los psicólogos de la Gestalt, de que el todo es más que la suma de las partes. Aunque el criterio holista esté universalmente difundido, a menudo no pasa de ser muy teórica su aceptación, pues los más no saben sacar de él consecuencias prácticas. El estudio teleológico es requisito previo para la comprensión del ser humano total. Solo en sus finalidades se revela la totalidad del ser humano. Leyendo este pasaje del trabajo copilado por Dr. E. Stern y teniendo en cuenta la propuesta de Lacan en cuanto a la necesidad de volver a Sigmund Freud, y habiendo hecho este proceso, surge la necesidad precisamente de una vez en Freud, volver a Adler. Volver a Adler porque él nos había dado las pautas estructurales de la Psicología Contemporánea, partiendo precisamente desde Freud. Adler es el primero en partir de Freud, y a su vez el primero en comprender la importancia de la personalidad total. La Psicología ha tomado los caminos que Adler intuyó tal vez sin quererlo. Pero su visión en la cual establece que el ser humano es una parte de la totalidad fue aceptada por varios psicólogos que posteriormente desarrollaron diferentes escuelas. La fuerza que guiaba al ser humano a integrarse en un sistema que casi siempre era la sociedad, fue denominada por Adler, "Sentimiento de comunidad", pues esta era una de las metas fundamentales del individuo en si mismo. Preocupado por el **Sentido de la Vida**, su visión no difería grandemente de las escuelas existencialistas, sino que más bien como en el caso de **Viktor Frankl** y su Logoterapia, fue precisamente Alfred Adler el punto principal para establecer la nueva teoría. La influencia de Freud en Adler y de este en Freud

no ha sido menor que la de estos dos en **Frankl** quien basado en el concepto del sentido de la vida adleriano proclama la existencia de un vacío existencial como causa de ciertos conflictos individuales, que lo llevaron a proclamar la existencia misma del **espíritu** dentro de su modelo psicológico, como componente humano diferenciado de los conceptos de psiquis y soma hasta entonces considerados como los únicos validos por todos los investigadores y psicólogos. Otro mensaje de Adler a tener en cuenta fue su celebre frase de que "el Ser humano sabe mucho más de lo que comprende". Que años después fue el punto de partida para que varios psicólogos comprendieran intelectualmente que Saber no necesariamente es Conocer y que es muy difícil saber lo que no se siente aunque se puede conocer por medio de informaciones de otros. Mientras el saber tenia implícito en Adler el aprender los sentimientos tanto como o en idéntica situación a los poetas, quienes a su entender habían transmitido con gran capacidad los sentimientos de los seres humanos. Así estableció que el poder de describir los movimientos emocionales era la intuición. Agregando que la intuición aparecía siempre ante la amenaza que generaba el caos al cual el ser humano era sometido por la misma naturaleza. La intuición era entonces un mecanismo súbito de respuesta que podía situarse dentro del concepto general del modelo del inconsciente freudiano que podía tener otras funciones por entonces impensadas. Estos y otros planteos adlerianos alteraron el curso de la teoría psicoanalítica, de la psicología analítica y de la misma logoterapia. Que dialogaron y se compararon mutuamente en el transcurso de los últimos cien años. Cada escuela y corriente aportaron diferentes nociones que lejos de ser opuestas son en realidad complementarias si las ordenamos en un marco general. Este marco es solo posible cuando se plantea una distancia temporal de varios años con el propósito de desafectarse del entorno donde fueron realizadas. Al estar de un lado y de otro los partidarios ortodoxos de las diferentes escuelas que interponían sus razones en ocasiones solo para justificar sus sentimientos y vivencias propias que defendían lo que habían tomado como cierto. Esa comparación de las diferentes escuelas tan necesaria, no pudo ser realizada hasta hace no más de dos décadas por problemas políticos, religiosos, sectarios, culturales y económicos, que impidieron el libre estudio de todos los autores en la inmensa mayoría de los países del mundo. Lo cual indudablemente llevaría a la lógica comparación y critica de todas, y al hallazgo casi unánime de que como decía W. Reich "todas en alguna forma tenían razón". Ya había afirmado Erich Fromm, que es totalmente imposible traspasar el filtro social que toda sociedad o cultura interpone ante cada nueva teoría que bien quiere presentar un fenómeno o situación no percibida por el grueso de la sociedad misma, o que es imposible de ser expresada en el espíritu de la época por representar un espíritu nuevo que desde los referentes culturales es prácticamente impensable por lo cual aparece como errónea. Este filtro social al cual había sido sometido el psicoanálisis, fue un escudo cultural que tampoco fácilmente pudo pasar la psicología individual adleriana, como así mismo aun hoy esta tratando de atravesar la misma logoterapia. Estas tres escuelas de Viena muestran tres concepciones diferentes a partir de tres seres humanos divergentes en sus existencias y motivaciones. Uno descubridor del papel importante de la psicosexualidad (Freud), otro del papel importante de la voluntad de poder (Adler) y otro del sentido y necesidad de una motivación espiritual en nuestra vida (Frankl). Y precisamente nuestro estudio de las

motivaciones deberá ser un punto de partida para nuestra propuesta. Pero para comprender a estos tres genios de la psicología del siglo XX, es preciso no solo estudiarlos desde una óptica histórico-cultural, donde la psicología social juega un papel importante, sino desde esta nueva disciplina que está naciendo con fuerza dentro de la Psicología, que es la Psicología del Medio Ambiente, que nos permite comprender, aunque no saber, lo que **Frankl** sentía en su años de juventud adulta en los campos nazis de concentración alejado de su familia y sobreviviendo en contraposición con Freud, que estaba en la plenitud de su tarea alejado de la tortura directa de la guerra. En tal sentido mis estudios sobre diferentes tratados de Psicología del Medio Ambiente, me han llevado a tomar un concepto de **Tolman** que C. Levy-Leboyer, menciona en su libro Psicología y Medio Ambiente, para remarcar que la Psicología del Medio Ambiente "lejos del esquema estímulo-respuesta, describe al medio ambiente en términos de estímulos impersonales y de fines equivalentes para todos. Tolman entonces recomienda un **enfoque global, "holístico"**, que tenga presente los procesos mediadores responsables de la percepción. Esto implica que las respuestas individuales al medio ambiente no pueden explicarse sin el análisis completo de las fases cognitivas intermedias, porque son éstas las que confieren un significado individual a los estímulos recibidos del ambiente exterior." Esta visión es compartida por Brunswick que establece que las informaciones emanadas del medio ambiente tienen una validez diferenciada para cada sujeto, generando una diversidad de representaciones cognitivas, que a mi entender deben ser comprendidas desde la óptica de la Psicología Cognitiva, que permite realizar un paralelismo comparativo, entre la Mente y la Computadora , ...y estas, con la sociedad o red informática que depende de un medio ambiente en el cual están insertas, al cual llamaremos estructura del entorno o sistema. La propuesta de Dreikurs y de Tolman hacia un concepto holístico parece ser la única salida posible para acercarnos a comprender los fenómenos psíquicos humanos en el marco de toda su existencia incluyendo su cuerpo y espíritu. Para esto es necesario establecer con claridad la estructura en la cual el individuo está inserto, para comprender el o los sistemas que este ser humano, momentánea o permanentemente compone, o integra. Sean estas estructuras, asociaciones momentáneas, sociedades, culturas, y medio ambiente circundante. Si bien fue Adler quien primero propuso indirectamente una Psicología Holística, esta sería impensable hace años sin comprender la Psicología del Medio Ambiente que puede tener en Lewin su primer teórico. Si bien William James, en Principles of Psychology 1890, estableció con claridad basándose en las teorías evolucionistas de Darwin y Spencer la importancia de la relación del organismo y el medio ambiente. Algo que fue ampliado por la Psicología Funcionalista americana (Dewey, Angell y Carr) y que ya fuera planteada por la Psicología del Acto de Franz Brentano 1874 (escuela alemana). De todas formas volviendo a Lewin este a su vez parece ser imposible de comprender sin estudiar la Psicología de la Gestalt que tanto influyo en él. Esto nos obliga a generar un método que nos permita estudiar todas las corrientes psicológicas, para aplicar de cada una lo posible e integrarlas de alguna forma, en vez de seguir el proceso de participación y divergencias que varios investigadores y psicólogos han establecido de hecho. Pues a mi entender el proceso analítico, que divide la realidad en partes para su estudio, solo se acerca a la verdad como interpretación de la realidad, si posteriormente establecemos un proceso inverso esto es la hólisis que integra

nuestros conocimientos con las experiencias y vivencias. Esta Hólosis Psicológica debe efectuarse investigando y estudiando a la vez que conformando: 1) La estructura mental del individuo, 2) Estableciendo su Personalidad Psíquica, 3) Su Personalidad Somática, 4) Su Personalidad Noustica 5) Su Personalidad Social, 6) Su Personalidad Ambiental. Para finalmente establecer su Personalidad Total; comprendiendo las estructuras de que el individuo participa. Los sistemas que estas estructuras integran, la dinámica que los conjuntos de sistemas componen, en los cuales hay que estudiar luego al individuo in situ, para comprender la diferencia entre nuestras verdades psicológicas y la realidad del medio que lo rodea. O como bien afirma la Psicología del Medio Ambiente, cualquier concepto psicológico que tengamos de un individuo es solo verificable en el mismo sistema. Así entonces el psicoanálisis o el análisis en si mismo como herramienta fundamental de nuestra propuesta es útil solo si es seguido, de una psicohólosis o si se prefiere de una hólosis psicológica y existencial. Y para que esto sea posible es necesario establecer ciertos referentes que aunque momentáneos temporalmente, sean percibidos para generar las diferencias del o los fenómenos estudiados o sujeto de estudio en si, con el fin de que por intermedio de comparaciones logremos establecer semánticamente diferencias y similitudes, que nos permitan avanzar en nuestras investigación y comprensión de ciertos procesos que clasificaremos en psíquicos, somáticos, nousticos (espirituales) en cuanto a propios o internos y otros que clasificaremos como sociales y ambientales que obedecen al mundo externo.

### **Inadaptación.**

La 'Inadaptación social o ambiental' es el problema central de la psicología. Si una persona está inadaptada a un sistema que integra, sólo puede evadirse o rebelarse mediante aquello que denominamos locura (patología), o bien siguiendo una conducta criminal o subversiva.

El inadaptado social es de todas formas un ser humano que sufre y que fundamentalmente no comparte sentimentalmente o no comprende intelectualmente el sistema en el cual se encuentra. (Otra forma de inadaptación puede ser somática: discapacitados o diferenciales) La inadaptación sentimental o afectiva es espiritual, mientras que la cognitiva es mental. La comprensión del sistema puede ser tan solo un problema de aprendizaje que se puede solucionar (Psicología Cognitiva). Adler con cierta brillantez, comprendió este problema desde las primeras horas del psicoanálisis, considerando que las necesidades sociales del ser humano son parte de la esencia del mismo. El mismo miedo a la Soledad nos indica que la 'Motivación de Afecto' es un impulso más profundo de lo que creemos, tanto o más que la motivación surgida en tal sentido de la 'Necesidad de Aprobación'. No en vano Adler fue el primero en introducir en Viena, la terapia de Grupo en Psicoterapia, y posteriormente sus seguidores encontraron en el **Consejero Psicológico** (Counselor-Counseling) una propuesta diferente de la del Psicoterapeuta, pues el primero al contrario del segundo podía y debía dar consejos, como forma de enseñarles a todos qué hacer con sus problemas

interhumanos. Esta visión tan aparentemente diferente a la psicoanalítica, fue introducida en 1937 en el Psicoanálisis americano por Heinz Hartmann (alemán) padre de la 'Psicología del Yo', que apunta como objetivo el hecho de adaptar el individuo a la sociedad y a la realidad externa (ambiente). Esta vertiente permitió el surgimiento de la 'Psicología del Self' de Heinz Kohut. Ambas escuelas aparecen como conciliatorias entre la visión psicoanalítica y la psicología general, pero años después el francés Jacques Lacan planteará una visión propia, que aunque sugiere volver a Freud, sólo significa el nacimiento de los lacanianos que rechazan las corrientes sajonas y que como consecuencia, encuentran en París y Buenos Aires, su feudos naturales para el desarrollo de un psicoanálisis latino, que obedeció a problemas políticos-institucionales, con idéntica razón al planteo del psicoanálisis americano o inglés. El aporte más notable de Lacan ha sido no ponerle un tiempo real a la sección de psicoterapia, y generar una terapia de shock apaciguada, al terminar la misma abruptamente apenas comenzada. Esto se debe a mi entender a una influencia de Salvador Dalí y Breton que lo llevaron a un planteo surrealista del psicoanálisis. Pero sin duda, **Ludwing Binswanger**, amigo personal de Freud, fue quien mejor estableció el método que debemos seguir en Psicología Holística, al exponer desde su Psicología Existencial que las técnicas deben ser lo más flexible posible, sin padrones generales obligatorios. Binswanger como **Frankl**, aportaron una noción diferente, pues el segundo introdujo el problema del Espíritu que merece nuestro estudio.

## El Espíritu.

Definiremos al **Espíritu** como el mundo Nóustico (Afectivo), que al igual que los estructuralistas (Titchener) aceptamos que está constituido por las emociones y sentimientos (pasiones). Se introduce el término 'Nous' que significa espíritu o soplo, con el fin de asimilar el mismo a un proceso energético, que se diferencie del concepto de afecto que sería por su definición "el cambio de los estados del alma", lo cual lleva a una aporía semántica que impide la comprensión del proceso descrito, al no poder aceptar científicamente que el alma existe, sino por el contrario, estimar que es sólo el producto de una fantasía psíquica. El concepto 'Energía', al igual que antes lo ha hecho Freud, suplanta la palabra 'Fuerza', que contiene una connotación más mecanicista. Esto nos lleva a plantearnos seriamente que debemos introducir el término 'Mente', como ya lo ha hecho la Psicología Cognitiva para suplantar el vocablo 'psiquis' que ha sido poco eficiente semánticamente para los fines científicos, y que ha llevado al desarrollo de la Psicología Teocéntrica. Aquí debemos ser sumamente cuidadosos y no confundir el espíritu con el alma, pues el alma, si la concebimos como algo inmutable e inmortal con posibilidad de existencias anteriores o posteriores, con independencia de la mente y del cuerpo, que sería en definitiva la esencia misma del ser humano, es algo totalmente indemostrable y poco creíble, a la luz de que todo el universo se transforma constantemente y que las unidades existenciales aparentes o entes, desaparecen para conformar otros entes, perdiendo su identidad (Esta visión la expuso Siddharta Gautama el Buda). Esto hace imposible que el alma sea de alguna forma la esencia de una identidad. Lo único que existe en el universo es



la energía, transformándose en diferentes formas. Para la Psicología Holística, esta noción de alma es el producto del narcisismo humano que basado en la necesidad del yo de perpetuarse en el espacio y el tiempo, intenta su inmortalidad y mantención de la plenitud de fuerzas vitales (complejo de la fuente de juventud), que quiere de alguna forma mantener los placeres logrados con anterioridad a su alcance potencial, mediante el no cambio de los referentes que nos hacían de alguna forma controlar las situaciones de nuestro entorno (impulso de poder en Psicología Holística o "pulsión de apoderamiento o de dominio en Psicoanálisis"). Este impulso se entrelaza ('Fusion of Instinct' en Psicoanálisis) con el anhelo de éxito o de gloria que genera una especie de amplificación de la motivación de aprobamiento, que es producida por el reconocimiento de los demás (complejo de Aquiles), natural en cada ser humano. Esta motivación se basa en la necesidad del yo de sentirse aceptado y seguro, constituyendo su primer defensa social, que en Psicología Holística llamaremos '**escudo**'. El Yo sabe perfectamente que la gloria y en ocasiones el producto o logros del éxito, se basan en la admiración que es la potenciación de la aprobación de un grupo hacia un individuo, lo cual se remonta a la misma infancia, cuando el niño aprende que la aprobación paterna significa libertad de acción y elogio a su conducta, lo cual otorga seguridad y control del entorno cercano. La fantasía de la inmortalidad lleva al ser humano a la construcción de creencias que por medio de ritos despierten los arquetipos inconscientes (Jung). Esta confusión sobre los términos 'espíritu' y 'alma' han generado diversos malos entendidos en el campo de la ciencia, pues se confunde lo espiritual con lo religioso, lo cual es un grave error, dado que el arte es una disciplina espiritual que ciertamente no es religión. No necesariamente lo espiritual es religioso, como así tampoco lo religioso siempre es espiritual. Es de público conocimiento que el interés de ciertos dirigentes religiosos no es el desarrollo espiritual de los demás, sino las recaudaciones económicas, o bien el poder que logran por intermedio de las reglas que construyen a tales fines. No obstante nos debemos alejar de las tesis de Müller-Eckhard que confunde lo religioso con lo espiritual y la religión con la psicoterapia, pues en la religión se intenta salvar almas, mientras que en la psicoterapia se intenta curarlas, afirmaba Viktor Frankl. Esta diferencia es más sustancial cuando afirmamos que en Psicología Holística no se intenta curar el alma que como indemostrable es inexistente, sino que por el contrario, se intenta integrar a la persona. Binswanger, con su análisis existencial, nos invita a científicamente estudiar la esencia del ser humano, pero es **Viktor Frankl** quien introduce en la constitución de la persona, una nueva instancia, más allá de lo mental y corporal, o sea lo espiritual (psiquis, soma y nous). Frankl no concibe el espíritu como una superestructura o estructura esencial por encima o separada de lo psicosomático, sino que por el contrario, lo acepta como una manifestación integrada a la totalidad de la existencia humana. Frankl establece la tridimensionalidad del ser humano en su existencia o vida, lo cual nos lleva a integrar los conceptos de psicología profunda, no sólo a los propios de la psicología humanística o existencial, sino a la propuesta de Frankl con su 'Logoterapia' para establecer qué es el espíritu en Freud. Sigmund Freud había establecido que la pulsión ('Drive'-'Trieb') se encuentra entre lo somático y lo psíquico; en el límite, más precisamente. Este límite no es una línea divisoria sin estructura, sino otra dimensión propia o nóustica que es el espíritu. Podemos entonces comprender que existe una clara diferencia entre la Mente

y el Espíritu. La Mente es el conjunto de procesos mentales; es decir, Percepciones, Sensaciones, Ideas, Imágenes, Recuerdos, Ilusiones, Fantasías, Pensamientos, Reflexiones, Visualizaciones, Voluntad, etc. (por otra parte, la mente es la actividad del cerebro y el sistema nervioso), mientras que el Espíritu son los sentimientos generados por los impulsos y emociones. Para la Psicología Holística, la pulsión es el resultado espiritual de una motivación física y un instinto de especie. Lejos de contradecir a Freud, Adler, Jung, Frankl, Binswanger y Titchner, o a los demás psicólogos, nuestra visión complementa sus estudios, los integra, los actualiza y los ordena. Un ejemplo de la importancia de esta visión inaugurada con Frankl, es su tesis de la existencia de neurosis noógenas, que no son el producto de un conflicto entre impulsos e instintos, sino que son más causadas por la frustración existencial del ser humano que no tiene un sentido en la vida, término que Frankl utiliza inspirándose en la obra de Adler. La emoción (del latín 'agitare') es un estado interior espontáneo e incontrolable que posee sentimientos subjetivos acompañados por una reacción fisiológica. (En psicología estructural, ésta puede ser agradable o desagradable, o bien generar excitación o calma, tensión o relajación). La 'Emoción' es en sí la causa de los gestos, expresiones y conductas inmediatas. La emoción, desde la psicosomatología, psicofisiología o psicología del comportamiento, es concebida como una fuerza que motiva el comportamiento individual y que tiene sus causas internas y externas, directas e indirectas que se mantienen aún después del estímulo que las produjo. Un conjunto de emociones genera un sentimiento. La emoción como componente espiritual es dual, por ejemplo cuando nos interesa una persona y nos magnetiza hacia ella, esa emoción puede transformarse en amor y el amor cuando no es correspondido se transforma en odio. Sin embargo, en el amor y el odio, el individuo sigue magnetizado por el objeto al cual se dirige el sentimiento. La Alegría y Tristeza y la Angustia y Plenitud, son estados espirituales que se traslucen en una somatización. Aquí debemos detenernos. Lo espiritual es estudiable desde lo gestual, desde lo somático; el cuerpo no puede engañarnos, mientras el habla sí.

El Psicosomatoanálisis es una herramienta indispensable de investigación. A tal punto lo emocional es cambiante por lo somático, como en los casos en los cuales la música y el movimiento logran en escasos minutos cambiar un estado de ánimo en forma inmediata.

### **Esquema de la Psicología Holística**

1) La Psicología Holística es el nombre de una corriente de psicología científica que estudia la Mente y Conducta Humana, así como sus procesos afectivos en la relación Socio-cultural, Etológica y Ambiental del individuo mediante un método analítico-sintético y holístico.

2) Como corriente de la Psicología, no acepta dogmatismos ni sectarismos propios de otras escuelas, rechazando las nociones de freudiano, adleriano, jungiano, lacaniano, kleniano, watsoniano, etc., o de pertenencia a tal o cual grupo.

- 3) Como corriente psicológica estudia la Psicología en su totalidad e investiga las corrientes Terapéuticas y Desarrollistas por igual.
- 4) El estudio de la Psicofísica, Psicosomatología, Psicoanálisis, Neo-psicoanálisis, Psicología Individual, Psicología Analítica, Psicología del Yo, Psicología del Self, Psicología Conductista, Psicología Cognitiva, Reflexología, Etología, Psicología Social, Psicología del Medio Ambiente, Psicología Humanística, y Logoterapia, como todas las escuelas, son parte de nuestra propuesta que sugiere la aplicación de diferentes métodos según los casos y objetivos, no siguiendo a los Maestros o gurúes de la Psicología, sino aprendiendo y aplicando las técnicas e investigando sobre ellas para obtener resultados, vengan estas técnicas de la escuela que vengan, si son positivas deben ser aceptadas.
- 5) La aplicación de las diferentes técnicas por un psicólogo y la elección de las mismas deben ser elegidas por éste, libremente, dependiendo de su capacidad natural para poder aplicar unas y otras, según los casos.
- 6) La Psicología Holística es un sistema abierto donde cualquier nueva técnica e investigación tienen lugar.
- 7) La Psicología Holística acepta la existencia de procesos mentales, concientes, preconcientes, subconcientes, inconcientes, egotistas e intelectuales.
- 8) No niega el valor del psicoanálisis, técnicas conductistas, gestálticas, hipnosis u otras, sino que las integra entre sí.
- 9) El modelo funcional Mental de seis componentes, es traduccional, con el fin de poder comprender los diferentes modelos de otras escuelas, pero lejos de ser un modelo fijo, es susceptible a ser modificado por las investigaciones futuras, al cual habrá que agregarle o quitarle funciones, según los casos.
- 10) La aceptación de la teoría de la represión y resistencias van entrelazadas a los conceptos de corazas y escudos propios de la Psicología Somática, estableciendo los principios de 'Placer' y 'Armonía' como causas de la búsqueda humana de 'Felicidad' y 'Tranquilidad' (paz espiritual), que surgen como contrarios a la economía energética. Los impulsos sexuales y los impulsos de apoderamiento (pulsión sexual y voluntad de poder), son antagónicos. No obstante, pueden estar entrelazados y tener un vehículo común para llegar a diferentes fines. La agresividad, como cohesión, es un impulso natural fundamental como instinto de autoconservación, al igual que el nutricional.
- 11) Las motivaciones son las causas de la vida, y la **Psicología de las Motivaciones** son la piedra fundamental de la Psicología Holística.
- 12) La Psicología Holística debe fortalecer el Yo, armonizando y equilibrando la mente, cuerpo y espíritu del individuo y a éste con la sociedad y medioambiente que lo rodea. La integración y adaptación es un fin en sí

mismo. El sentimiento de comunidad es innato al ser humano, tanto sociológica, etológica como ecológicamente.

13) La Psicología Personal, la Social y la Medio Ambiental son partes de la Psicología Holística.

14) La Holosis es el método contrario al análisis que proponemos para descubrir la personalidad total del individuo y de la sociedad.

15) El Psicólogo debe ser Consejero Psicológico o Psicoterapeuta según el área en la cual trabaje. La Terapia y el Desarrollo son áreas diferentes pero no son excluyentes. La Conductología, la Mente (Noología), la Psicopatología y la Nóustica, son los campos de estudio del Psicólogo del siglo XXI.

16) En Psicología hay investigadores, académicos, consejeros y clínicos.

### **Modelo de Organización Mental**

(A partir de las Teorías Psicoanalíticas-Cognitivas)

Freud introdujo el vocablo 'sistema', y luego 'instancia' para designar las partes o estructuras de la organización mental. Entendemos que el vocablo 'sistema' representa mejor lo que Freud quería expresar que el vocablo 'instancia' que sucedió al primero, no obstante se ha utilizado este último término, que ha llevado a varios estudiosos a una confusión cognitiva. Desde la visión holística entendemos que el universo y con él nosotros, los seres humanos, está compuesto por conjuntos de sistemas, y que cada sistema tiene una estructura que es mantenida temporalmente por una ley o regla, que es la causa de la integración del sistema, y cuando ésta no se cumple, el sistema es como lo percibimos, totalmente inviable. Siguiendo este principio desde la Psicología Holística, debemos abandonar todo término que no se ajuste a esta definición, porque automáticamente se transforma en impreciso e irreferente. Todo término debe ser referente a la estructura o al sistema sin lo cual no podremos comprender su funcionamiento, esto es entender las leyes que lo rigen. En tal sentido, debemos sustituir el término aparato psíquico por el de 'esquema mental u organización mental', pues el aparato psíquico significa subyacentemente, no sólo la funciones mentales sino también 'Cerebro', pues necesariamente se implican las connotaciones físicas del órgano productor de dicha energía. Asimismo, debemos establecer que el término 'función' describe con más exactitud ciertos procesos mentales.

Con el término 'función', suplantamos el concepto de tópica o lugares que establecerían indirectamente que la mente está dividida en provincias o partes, algo que Freud ha tomado de las concepciones de la psicología griega, que tiene su correlativo en la psicología india (buddhista e hinduista).

Principalmente la Psicología de la Escuela de la Mente o Seguidores de la Mente fundada por **Maitreya** y teorizada por **Asanga** dentro del budismo, parece ser la mayor referencia de la antigüedad a la concepción de funciones

diferenciadas de la Mente. Precisamente sobre este punto parecen apuntar todos los trabajos de Psicología Transpersonal y el desarrollo de una Psicología Integral que propone Ken Wilber. No obstante, tanto el modelo de Freud, como el de Wilber presentado en su último trabajo de Psicología Integral, nos lleva a proponer un modelo traduccional que opere como unidad para comprender las funciones descriptas por diferentes autores.

## **Funciones**

La función de la 'Mente Subconsciente', (término acuñado por Pierre Janet cuando investigaba los procesos mentales bajo hipnosis), difiere ciertamente del primario concepto freudiano. Desde nuestro punto de vista, es el conjunto de procesos por los cuales se almacenan y desalmacenan los recuerdos de la memoria, sea ésta de origen psíquica (mental) o somática. Como función, la 'Mente Subconsciente se limita a almacenar la memoria del individuo mediante procesos químicos que vienen heredados de nuestros progenitores y que contienen un programa genético de información al estilo de un chip en un ordenador. Este programa es ampliado en el individuo mediante la experimentación directa y la información de la experiencia de los demás que obtenemos por intermedio del estudio, realimentando el programa y pasándolo genética y socio-culturalmente de individuo a individuo. Este proceso se ejecuta mediante la percatación o función consciente, dándose el individuo cuenta de la realidad del mundo exterior que transmite la Mente Consciente gracias a los sentidos. Los sentidos y la Mente Consciente efectúan una especie de fotocopias, cassettes y videos de la Realidad (Mundo Físico o Material), los cuales se archivan en la Mente Preconsciente Individual (memoria de corta duración) y que son depositados lentamente en la 'Mente Subconsciente' para generar un aumento del programa genético de la especie humana. No todo el conocimiento experimental queda en el Preconsciente, pero sí podemos afirmar que la mayoría de la experiencia humana, sí queda depositada en el Subconsciente Individual, fuente nutricional del Inconsciente Colectivo (Jung), y generador virtual del Subconsciente Colectivo de base genética, que establece las conductas socio-culturales. Cabe agregar, que la mente Subconsciente puede almacenar datos gracias a procesos subliminales que provienen de la mente Inconsciente. Desde nuestro planteo, la Mente Subconsciente contiene además el Núcleo del Individuo, que es la memoria que el individuo asocia a su personalidad y Mente Egotista. Se denomina 'Núcleo del Individuo' al conjunto de recuerdos que quedan en el Cerebro (neuronas) a lo largo de la vida de un ser humano, que le hacen creer que es una misma persona en sí mismo, aunque en realidad se ha transformado, y todas su células, salvo las neuronas, ya no son las mismas, al igual que su conducta. La Función de la Mente Inconsciente es acumular energía y distribuirla en el complejo psicósomático (Ribot), buscando placer, evitando el dolor y activando los procesos de las motivaciones. La mente inconsciente se dirige a cumplir dos impulsos opuestos por mandato genético, uno es el 'impulso de dominio' (inspirado en Nietzsche y Shopenhauer) o 'impulso de poder' (Poseer), que quiere ser ejercido sobre objetos y fundamentalmente sobre otras especies y el ambiente, y el otro es el impulso sexual (deseo sexual de Freud), que garantiza la reproducción.

El tercer mandato es la necesidad nutricional, necesario para el funcionamiento de los otros dos impulsos, siendo el cuarto mandato el anhelo de Gloria, habiendo otros que estudiaremos posteriormente. La Función de la Mente Preconsciente se diferencia de la Subconsciente, y principalmente de la Inconsciente porque puede hacer sus procesos rápidamente Consciente en forma inmediata mediante lo que llamamos función Consciente-Intelectual. La Mente Intelectual es aquella que permite pensar y reflexionar sobre los datos que nos aporta la mente Consciente por medio de la percepción, o por los que aporta el Preconsciente, gracias a la memoria, lo cual permite un análisis. Esta función de la Mente Intelectual nos permite, mientras dormimos, poder desconectar la función de la Mente Consciente, ascender a la función Preconsciente y soñar, apareciendo las imágenes y recuerdos. En vigilia por este mismo proceso, se puede fantasear.

Núcleo del Individuo es el conjunto de recuerdos de las vivencias de un ser humano a lo largo de su vida, que determina simbólicamente que es una misma persona, lo cual es falso. El ser humano niño difiere del adulto en su capacidad de generar fuerza vital, impulsos y emociones, y orgánicamente altera sus componentes al punto de ser otra persona, o sea de constituir otra personalidad. Sólo las neuronas no se han regenerado y siguen siendo las mismas, y sólo en ellas se depositan las vivencias de lo que actuaron las antiguas células, cuya información es vertida a estas nuevas células. Las neuronas poseen una memoria y establecen un magnetismo hacia las otras células del cuerpo y generan el Núcleo del Individuo. Subconscientemente, este Núcleo actúa sobre la Mente Inconsciente, la Mente Consciente, la Mente Preconsciente y fundamentalmente, sobre la Mente Egotista, que genera la Personalidad del Individuo, por medio de la acción de las motivaciones, emociones y sentimientos. El ser humano se siente un individuo y a partir de éste elabora su personalidad, asociándose a una forma o máscara del Yo (Persona), existiendo, como bien afirmó **Donald Winnicott**, un 'Self Verdadero' y un 'Self Falso'. Este 'Self Falso' se genera a partir de las reacciones psicósomáticas a todo estímulo externo, estableciéndose como una defensa real del Self Verdadero, y es para Winnicott una mentira social. Esta mentira social es una máscara o persona adoptada por el Núcleo del Individuo que es el Yo Real, con la finalidad de adaptarse al medio ambiente. Desde nuestra óptica, el Self Verdadero de Winnicott no alcanza para definir la situación funcional a nivel mental, pues existe una gran diferencia entre el Yo Real que tiene en el Núcleo del Individuo su fuerza generacional, y el Self Verdadero que es como la mente entiende en un momento de la historia del individuo, que es su propia identidad, desarrollando la Mente Egotista. Esta Mente Egotista, entiende el Self Verdadero como el resultante de los diferentes egos humanos que aparecen con mayor o menor intensidad en un ser humano. Es decir, que si un ser humano, por cualquier estímulo externo o interno cambia de carácter sólo en realidad, cambia entonces de ego (ego de la alegría, ego de la tristeza, ego de la ira, etc.) conformando una reacción psico-somática-emocional. Sólo la sensación del estímulo puede cambiar la reacción egotista. El carácter obedece a la esfera del Self Verdadero, que es cambiante, y el temperamento a la del Yo Real, que es dependiente del Núcleo del Individuo y en consecuencia, es más constante aunque no inalterable. Desde la óptica de la Psicología del Medio Ambiente y Social, es interesante comprender que el Yo

Real genera un Self Verdadero, según sea el medio ambiente en el cual se encuentra. Temperamento + Medio Ambiente = Carácter. Este carácter que genera un Self Verdadero, es ajustado al entorno como defensa, y los impulsos que pueden ser negativos a los intereses del individuo, son reprimidos, generándose el Self Social o Falso, que es para nosotros uno de los tres integrantes de la persona.

### **Modelo de Estructura Mental.**

**Mente Consciente:** es aquella que se percata y se da cuenta, estando atenta, y que informa.

**Mente Intelectual o Mente Racional -Discernitiva:** es aquel proceso mental por el cual se razona, discierne por medio de asociaciones de imágenes e ideas, gestando comparaciones, yendo en busca de información atesorada en nuestra memoria personal, la cual ha sido almacenada en la mente Subconsciente por la información procedente de nuestra mente consciente.

**Mente Inconsciente:** es aquella que se comunica con nuestro cuerpo y mundo afectivo, haciendo aflorar nuestros instintos, motivaciones, deseos y anhelos así como necesidades, somatizando los mismos positiva o negativamente.

**Mente Egotista (Yogica):** es aquella función que nos hace individuos y nos dota de una persona (máscara), que genera un carácter momentáneo al cual nos asociamos, generando la noción de Yo, como separado de lo otro o de los otros. Ejemplo: Yo enamorado, Yo enojado, etc.

**Mente Preconsciente:** es aquella que posee la información cercana o la que utilizamos continuamente por algún motivo, profesional o similar, para que pueda funcionar la Mente Intelectual mediante la proyección. La mente Preconsciente pasa su información a la Mente Subconsciente que tiene almacenada la información ancestral o genética y que puede aumentar el programa de información de toda la especie.

**Mente Subconsciente:** es la función mental que provee a la Mente Inconsciente de programación suficiente para hacer funcionar los sistemas del ser humano y de la sociedad, memoria adquirida desde la concepción, que es ampliada durante el período de gestación por las vivencias de la madre. Puede emitir información al Preconsciente para que éste la proyecte en la Mente Consciente y sea comprendida por medio de la razón y el discernimiento en la Mente Intelectual. Si este proceso no es razonado y comprendido, puede ser igualmente utilizado mediante un funcionamiento ilógico, irracional e inconsciente, ante casos inmediatos que así lo requieran, transformando la Mente Egotista. Este proceso es conocido como desarrollo de la intuición ante el 'Caos' (Alfred Adler). La intuición, como bien afirma Adler permite funcionar los órganos y sistemas del ser humano.

## **Estructura del 'Self'**

Identifica su territorio por extensión del impulso de dominio estableciendo toda relación en base a los conceptos yo/mi, teniendo como referente al Núcleo del Individuo en relación con el la Mente Subconsciente. Como bien afirma Wilber en su libro de Psicología Integral, ya con anterioridad, Freud nos da una diferencia entre el 'Self Total' que fue llamado por éste 'Gesamt Ich', entre un 'Self Central' que sería lo que se experimenta como Yo, que sería el 'Self Verdadero' de Winnicott y el 'Self Distal o Distante', que se remite a lo que se experimenta como 'lo mío'. El Self Central se identifica con los tres componentes del ser humano: Cuerpo, Mente y Espíritu, generando un 'Self Físico o Somático', un 'Self Mental' y un tercer 'Self Sentimental'.

## **Desarrollo temporal del 'Self'**

Basado en los estudios de Margaret Mahler, podemos afirmar que el 'Self' se desarrolla en tres etapas diferenciadas temporalmente en el ser humano, es decir, surgimiento de un 'Self Físico' (somático) de los 0 a 1 año de edad, surgimiento de un 'Self Emocional' (espiritual) lo mejor es llamarlo Self Sentimental de 1 a 3 años de edad, y surgimiento de un 'Self Mental' (psíquico) de 3 a 6 años de edad. El ser humano comienza a diferenciar el 'Self' del 'Medio Ambiente', y lentamente diferencia las estructuras propias de cada tipo de Self de forma inconsciente, para hacerlo consciente. Si el individuo no comprende la diferencia entre su Self mental y el Emocional, y se queda anclado en la comprensión y evolución de un solo Self, se encontrará ante un conflicto interno (trastorno), que puede exteriorizarse porque el resultado más inmediato será la comprensión de ciertas leyes que rigen la propia estructura interna lo cual ayudará a que se dificulte su adaptación al Medio Ambiente que los circunda (entorno). La capacidad de adaptación del individuo al entorno, es la inteligencia que éste posee, mental, física o emocional. Estos tres tipos de inteligencia innatas pueden desarrollarse y potenciarse, ejercitándolas.

La Organización Mental que presentamos como Modelo Traduccional, nos permite eliminar el concepto psicoanalítico de instancias y tópicos como funciones superpuestas indefinidas o imprecisas, sin dejar por ello de lado varias teorías valiosas de Freud y de su psicoanálisis, que pueden ser reinterpretadas, y así acercarnos a la Psicología Cognitiva, y porque no, a todas las restantes. Para esto sólo falta entender las leyes que rigen las relaciones entre cada función y que determinan cada función, en intensidad y operatividad.



## **Ley del accionar de las motivaciones**

El Principio de Placer y de Armonía aparece como la ley que rige las funciones mentales magnetizándolas bajo el empuje de la fuerza vital o 'Bionergía' que es resultante de la energía Orgón (Reich), y que se subdivide en Impulsos Nutricionales, Vitales, Sexuales, Do-minio (Poder) y Gloria, los cuales dan lugar a las **MOTIVACIONES**. Este es el esquema conductual de la Psicología Holística para comprender el comportamiento humano.

Sin lugar a dudas, de esta forma se han ordenado e integrado los conceptos expresados por infinidad de psicólogos que se inspiraron en la extraordinaria obra de William Mc Dougall (1871-1938), que definió la Psicología como la ciencia del comportamiento cuando fundó la **Psicología Hormónica** (del griego hormé= impulso o deseo), base de nuestro estudio. Como profesor de psicología en Harvard o en Durham, o bien en sus estudios e investigaciones con William James o con Josef Rhine, su carácter de investigador lo llevó a descubrir la importancia que cada individuo le otorgaba a satisfacción de las necesidades básicas tales como nutrición, vivienda, pareja sexual etc. Y aunque muchos han entendido que Mc Dougall afirmó con esto que el fin o meta de un impulso no es el placer en sí mismo, sino la satisfacción de una aspiración o necesidad, esto en definitiva sólo comprueba que los principios de Placer y Armonía que hemos establecido, han sido enunciados por varios autores antes que nosotros, directa (Freud) o indirectamente (Mc Dougall), como regentes de las leyes de comportamiento. En el caso de Mc Dougall, se manifiesta claramente que el principio de Armonía rige cuando el de Placer no se activa, pues toda aspiración o necesidad cuando es satisfecha, armoniza o equilibra la energía (faltante, o por el contrario, acumulada) del ser humano al cumplirse la demanda orgánica, mental o emocional (espiritual) del individuo, que evita la tensión o el desequilibrio psicosomático. No en vano a la Psicología Hórmica, se la conoce como psicología de la aspiración o psicología teleológica, algo que el Dr. Rudolf Deikurs remarcaba en su propuesta al declarar a la Psicología Individual de Adler como Psicología Holística de carácter Teleológica.

Si bien los impulsos son el empuje energético que conduce a que las aspiraciones humanas necesiten su satisfacción, transformándose en las motivaciones de la vida misma de cada uno, o bien como diría Adler y Frankl 'en el sentido de la vida', cabe preguntarse cómo se originan los mismos en el ser humano, lo cual servirá de base para nuestro principio crítico del tema.

## **Origen de los Impulsos**

### **-de Reich a Frankl-**

El referente utilizado para evaluar nuestra propuesta sobre la Psicología Holística es aquel que a partir de la Psicología del Individuo de enfoque netamente adleriano, y por adleriano subjetivo, nos permite su integración conceptual con la Psicología Cognitiva contemporánea con la sola finalidad de

comparar e integrar las diferentes corrientes teóricas, así como las técnicas de éstas surgidas a nuestro planteo de sistema abierto operante. El dominio cognitivo de la experiencia o pensamiento, expresado por las funciones mentales emerge pues como condicionante comportamental. Una visión ya expuesta con anterioridad por Don Dinkmeyer y Don Dinkmeyer Jr. afirma que el ser humano, piensa, siente y actúa, y que las emociones pueden cambiar cuando las cogniciones o creencias cambian. No obstante, la dialéctica aparente emotiva racional que incide en nuestras acciones y aparece como causa de nuestra conducta, es sólo abordable desde su principio energético constitutivo, que tiene al impulso como causa de todos los procesos antes mencionados.

Reich afirma en su teoría psicosomática funcional, que tuvo su origen en Bergson, un paralelismo psicofísico. Establece que lo psíquico y lo somático son dos procesos paralelos en recíproca interacción, generando así un concepto funcional de la interrelación psicosomática que amplificará Lowen y otros autores. Reich afirma que existe una fuerza creadora que gobierna la vida, a la cual denominó Orgón.

El impulso para Reich es el placer motor en sí mismo, descubriendo asimismo que las emociones se originan en la esfera somática. Cabe preguntarse: ¿puede el impulso como condicionador de las emociones y éstas como regentes del comportamiento humano originarse en otro lugar que no sea el cuerpo humano, que como materia es a su vez generador de energía? La respuesta más que obvia es no.

Irremediablemente, lo somático es la única fuente real de los impulsos y de las emociones, y por ello de las motivaciones. Pero aun así, cuando un individuo quiere satisfacer su deseo de gloria, o más modestamente de éxito, aunque más no sea por diez segundos, lo cual obedecería a su plano afectivo y/o espiritual, necesita de su cuerpo para accionar, y por medio de su comportamiento, lograr así su meta ante los demás. Esto corresponde a una aspiración personal de gloria, a la cual quieren comúnmente llegar los deportistas o religiosos de cierta notoriedad.

Volviendo al planteo reichano, es necesario seguir su lógica para no confundirnos. Para Reich ningún individuo neurótico tiene potencia orgástica y por eso está neurótico, pues la neurosis es la insatisfacción sexual plena y repetida, a lo cual habría que agregarle que esto depende directamente de la edad del individuo en cuestión. A medida que el ser humano pierde potencia sexual con la pérdida de su juventud, aumenta la demanda de dominio o poder, ejerciendo con los años un mayor control de sus fuerzas vitales por medio de la voluntad, existiendo casos de neurosis producidas por la falta de dominio o poder. Este motivo lleva a algunos individuos a neurotizarse en búsqueda de la gloria mediante la religión, el arte o el deporte, como sucedáneos de falta de logro del placer instado por el impulso sexual o el impulso de dominio. Estos impulsos se hallan entrelazados en el caso de los celos de pareja, que se patentiza cuando el objeto amado (persona amada) o querido, es deseado sexualmente, y a la vez que se intenta dominarlo como posesión, para

garantizar nuestro placer. Freud, en sus trabajos, deja ver que existían neuropatías hereditarias y adquiridas

El psicoanálisis debía entonces seguir la ruta hacia la investigación orgánica (somática), preguntándose si la represión de los instintos obedece a circunstancias constitucionales o a factores de vida.

Los instintos, y no los estímulos externos, son los motores reales del progreso que establecen el desarrollo del sistema nervioso en todo ser humano, lo cual implica por parte de Freud, un reconocimiento a la importancia del campo. (En nuestra opinión, éstos obedecen a ambas causas). Naciendo el instinto en el soma, se lo conoce en la psiquis. El instinto es un esquema heredado de comportamiento propio de una especie animal (humanos incluidos). Trotte, citado por Freud, afirma que los fenómenos psíquicos de las multitudes, son producto del instinto gregario innato en las especies animales que biológicamente cumplen la función de una extensión policelular. (Sentimiento de Comunidad de Adler).

De esta forma, un organismo (individuo) se une a los demás de su especie (sociedad). Por esta razón, el individuo se siente incompleto cuando está solo. La percepción es en la teoría psicoanalítica al Yo, lo que el instinto al Ello. El Yo representa la razón y el Ello las pasiones. Freud, en 'Totem y Tabú' afirma que desde un punto de vista genético, la naturaleza social de la neurosis deriva de su tendencia original a huir de la realidad, que nos ofrece satisfacciones (placer), para refugiarse en un mundo imaginario lleno de promesas. Esto afirma nuestra tesis de que como solución a la neurosis de origen sexual y a falta de cumplimiento del impulso de dominio, el individuo puede encontrar en la satisfacción de la aspiración de gloria, la solución sucedánea de adquisición o logro del placer espiritual que reemplaza al placer sexual o mental, generando un nuevo factor de autoestima.

El neurótico se escapa del mundo real, no compartiendo las instituciones creadas por la sociedad y el trabajo colectivo, negando de esa forma la realidad. Este es el motivo por el cual la reducción del campo de acción y del mundo aceptado para establecer la competencia vivencial por el individuo, obliga a éste a marginarse de una parte de la realidad, lo que sucede con los monjes, deportistas o artistas, que se recluyen de la sociedad y quieren trasgredirla. Existe entonces de hecho un programa establecido genéticamente que se autoinforma y que es regido por el principio de Placer, en el mismo sentido que lo afirmo Epicureo, el cual depende del núcleo básico del individuo.

### **La Teoría del Campo**

La Psicología, como ciencia del comportamiento, no ha podido librarse de la subjetividad de todo sistema, incluido el social. Esto establece que el juzgamiento de una conducta individual o grupal obedezca a los valores del momento histórico vivido por una colectividad, sociedad, cultura o grupo, y a la escala permitida de tolerancia.

Las nociones de ciencia, filosofía y religión, se mezclan imprimiendo diversos sentidos a la vida, y a la forma de entenderla, generando psicologías propias de cada grupo, lo cual obra como filtro social ante otros grupos de los cuales se diferencian y quieren diferenciarse por diversos motivos y motivaciones.

Un ejemplo atemporal pero muy ilustrador, podemos aplicarlo al caso histórico de Ramakrishna, el famoso maestro espiritual hindú. En cierta ocasión, asaltado por el misticismo y su fervoroso deseo de ver en persona a la Diosa Madre o Kali, Ramakrishna comenzó a golpear fuerte y neuróticamente su cabeza contra una pared, hasta sangrar.

Para muchos partidarios de la Psicología Transpersonal o Psicología Hinduista de corte Teocéntrico, esto demostraba su falta de ego, considerada esta actitud como una virtud, su extrema devoción y su completa santidad.

Para gran parte de los hindúes, Ramakrishna era un santo. Si aplicamos a los relatos de la vida de Ramakrishna las nociones presentadas por Tart, o más recientemente por Ken Wilber, el mismo podría encontrarse en una etapa superior de conciencia, e incluso haber adquirido la propia iluminación. Por el contrario, si encontramos en New York, París o Buenos Aires, a un individuo que actuara de igual manera y vistiera como un verdadero mendigo y estuviera golpeando su cabeza contra una pared, inmediatamente se lo llevaría a un hospital y el resultado de un análisis nos comprobaría que el mismo padecía un delirio místico, e incluso podría presentar rasgos serios de esquizofrenia; la marginación en Occidente de un ser de esa naturaleza sería total. Esto sólo comprueba que el comportamiento de un individuo puede ser negativo o positivo social y personalmente según la cultura en la cual se desarrolla o habita momentáneamente. Una vez más, el mensaje atípico de un ser considerado marginal por un grupo de seres humanos que conforman y regulan ese grupo es solo la consecuencia, como afirmaba Fromm, de no poder pasar el filtro social que tiene en los adultos y ancianos la base de su supervivencia. En efecto, un campo de comportamiento, es un territorio dividido por motivaciones diferentes que plantean impulsos y represiones sociales. Si estudiamos a un individuo fuera de su medio ambiente o del medio ambiente que genera en él un conflicto, simplemente no entenderemos absolutamente nada. El estudio in situ es la única solución a la elaboración de la comprensión holística de su comportamiento.

## **Aspecto Social**

El niño lucha por satisfacer sus necesidades, mientras que el adolescente carece de las herramientas para satisfacer sus aspiraciones. El adolescente adolece precisamente de un desconocimiento de las reglas que rigen la estructura del sistema, y corre el riesgo de ser marginado si intenta cambiar o luchar contra el sistema. En ocasiones, el adolescente se automargina y elige el conflicto, la depresión o una patología para automarginarse y no hacerse responsable de algo que de él demanda la sociedad. El joven adulto, por el contrario, entiende que ya tiene la experiencia necesaria para lograr sus

aspiraciones, pero encuentra en el adulto el verdadero ser que tiene el poder y que ejerce el dominio. Este adulto, cuanto más se acerca a la vejez, más represor se siente, y a la vez, en más represor se convierte por el simple hecho de que no quiere que se cambien socialmente los referentes ni códigos que el mismo aprendió, y sin los cuales se encontraría desorientado en un mundo en que sus fuerzas vitales han disminuído y que en consecuencia lo encuentran en desventaja. A esta represión ayudan de manera decisiva los ancianos, que procuran más que satisfacciones vanales sólo tranquilidad, una tranquilidad que es otorgada siempre por la seguridad del no cambio de valores sociales y cualquier otro referente socialmente importante. La líbido social es reprimida por la mujer que fue reprimida en su juventud, o por la mujer adulta que no goza de una sexualidad satisfactoria, o bien aquélla que ya tiene demasiados años para llamar la atención de los hombres. A esta represión sexual a la que se suma el homosexual reprimido, se acerca el hombre adulto que ha sido o se siente desplazado por el adulto joven. Así, todo adulto desplazado de la competencia sexual, se dirige a la competencia del poder, y si fracasa en esta procura, intentará internarse en la competencia espiritual. El campo de comportamiento es siempre un lugar de competencia donde los individuos establecen sus relaciones para satisfacer sus aspiraciones, siendo estas: nutricionales, vitales, sexuales, de dominio (poder), gloria (éxito), por medio de las cuales logra felicidad o alegría, guiado por el principio de placer. Si la satisfacción no se logra, y con ella el placer buscado, el individuo procura la tranquilidad y calma guiado por el principio de armonía.

### **Integración con la Psicología Cognitiva -De Adler a Miller y Neisser-**

El mayor problema de todos los psicólogos no ha sido por cierto investigar, estudiar o teorizar, sino más bien encontrar las palabras exactas para transmitir sus descubrimientos y experiencias a otros seres humanos, o bien a sus propios colegas. El problema semántico se suma al de la transmisión de información, que nunca puede llegar al receptor de la misma en su versión real, en numerosos casos.

Este no es un tema menor en la Psicología y en la evolución de esta ciencia, sino que por el contrario, es en realidad el problema central, del cual depende nuestra capacidad y la de todo individuo para entender o no una teoría. Con ello se podrán aceptar o no, las investigaciones y resultados que al respecto ha llevado a cabo tal o cuál psicólogo. El problema semántico, tan patente en los investigadores de principio de siglo, y en los padres de las diferentes escuelas de Psicología, aún persiste hoy y se ha transformado en un problema pura y exclusivamente cognitivo.

Este problema de comunicación fue espléndidamente planteado por Shannon, cuando explica su teoría de cómo llega un flujo de información por medio de un canal que recibe un 'INPUT' o entrada de información y genera entonces un 'OUTPUT' o salida. Entre el 'INPUT' y el 'OUTPUT', se produjo la transmisión de información, obteniéndose una información ya transmitida. Toda información tiene una 'Fuente', un 'Transmisor', un 'Mensaje', un 'Receptor' y un

'Destinatario'. La mente humana es por así decirlo no sólo un transmisor perfecto o muy perfeccionado, sino que además almacena información (memoria), procesa la misma, la descodifica, la clasifica, la revisa y la codifica.

Además, genera ciertos procesos que producen ciertamente una autorregulación, retroalimentándose ('Feed-back'), como ya lo demostró Wiener, generándose ésta con un programa propio (genético), que es autocontrolado por el mismo programa de funciones que puede corregir el mismo. G. A Miller y Neisser, han establecido una nueva corriente muy positiva en el campo de la Psicología; nos referimos a la Psicología Cognitiva, que puede integrarse con todas las demás escuelas en forma total. La Psicología Cognitiva, aceptando la definición de Mayer (1981), es el análisis científico de los procesos mentales y estructurales de la memoria humana con el fin de comprender la conducta humana. En nuestro planteo de la Psicología Holística, el esquema de la psicología cognitiva se adapta a nuestra noción de funciones mentales en el mismo e idéntico sentido de las funciones de un ordenador o computadora. Para nosotros, la analogía Mente=Ordenador como afirma Mayer, es la piedra angular de nuestro trabajo, pues como analogía es tan solo una metáfora funcional, y no una afirmación física o real. Miller, junto a Galanter y Pribam, establecen que la unidad estructural de la conducta es el 'TOTE' (test-operate-test-exit), lo cual puede ser tanto aceptado como discutible. Pero otras unidades pueden establecerse en base a diferentes teorías sobre la conducta humana. El cerebro y el sistema nervioso son en realidad un circuito que se autorregula con la entrada de más información, como el circuito de un ordenador que regula la conducta funcional por programas que eligen opciones en una computadora. El conocimiento es entonces un proceso y no un producto, un proceso en continuo cambio, y fundamentalmente de intercambio de información, que hace surgir nuevas funciones al activarse diferentes partes del programa, todo esto gracias a la información que nos llega continuamente. La Psicología Cognitiva estudia los procesos mentales, para lo cual encontramos en el Modelo Traduccional que establecimos con anterioridad, la más apropiada herramienta para la investigación, siguiendo las estructuras, los procesos, y las representaciones ya propuestos por la Psicología Cognitiva. Las estructuras, para diferentes psicólogos cognitivistas, son componentes estáticos del sistema, siendo entidades funcionales y no físicas que cumplen ciertas operaciones en determinados procesos.

Para nosotros, estas estructuras o 'funciones' como las denominamos, son la Función de la Mente Consciente (Atención y Percatación del 'Input'), Función Preconsciente de Almacenamiento de Memoria de Corta Duración, Función Subconsciente, Almacenamiento de Memoria de Larga Duración y del programa autorregulador humano, Función Inconsciente de activación del programa corporal, somatizaciones y motivaciones, Función Egotista de asociación con los objetos, y los sentimientos y carácter asumido ante el entorno que establece el 'Self'.

Pero para la Psicología Holística, las estructuras o funciones no son estáticas sino dinámicas en todo el sentido de la palabra, siendo los procesos la misma actividad del sistema, tales como almacenamiento, recuperación de datos, y

activación, que en definitiva son los causantes de las motivaciones. La representación es la forma en que el 'INPUT' llega del medio ambiente y la información es codificada y registrada por el ser humano en su sistema cognitivo, basándonos en la teoría general del procesamiento de información. Pero nuestra teoría general no estaría completa si no expusiéramos que el mundo afectivo subjetiva la información al alterar los sensores, o si se prefiere el resultado obtenido por el receptor que es la Mente. El Medio Ambiente o Entorno, ejerce una influencia tal sobre la información que hace variar la información emitida por una misma fuente en dos puntos distanciados temporalmente por la influencia de los factores externos que hacen variar la calidad del canal y del transmisor. Esto sucede idénticamente con un ordenador, que es influenciado por el flujo eléctrico que recibe en razón a si hay o no una misma intensidad de la tensión eléctrica, o la temperatura del medio ambiente, la cual, si es elevada puede inducir a errores, tanto como si llueve y está a la intemperie. El medio ambiente es así causa de alteración de información, y del proceso cognitivo, tanto como lo es el mundo afectivo que establece variantes emocionales y sentimentales que impiden como fuertes descargas energéticas, el normal funcionamiento de los receptores de información.

Surge como evidente que los métodos de la psicología cognitiva tales como Introspección, Estudio Experimental y Construcción de Modelos Computacionales, se deben transportar a los escenarios de conductas para aproximarse a la realidad y a la información que de ella recibimos, lo que a nuestro entender es la Verdad. En el Proceso Cognitivo se establece: 1) una entrada de información (input) por ejemplo ver un árbol, o sea la Percepción; 2) la imagen (representación) del árbol es reproducida desde la Función de la Mente Consciente que se percata (del árbol) en el interior de la mente; 3) si esta imagen llega con incremento de la atención, puede fijarse en la memoria de corta duración en la Función de la Mente Preconsciente, que hace las veces de escritorio mental. Si por el contrario esta imagen no ha tenido la suficiente atención, se archiva directamente en la Función de Mente Subconsciente, que hace las veces de archivo de datos, o bien queda en la memoria de corta duración (sobre el escritorio) y no se utiliza, luego pasa a la memoria de larga duración y se archiva para poder ser usada posteriormente, en caso de necesidad, en la Función de la Mente Subconsciente; 4) la Función de Mente Intelectual puede investigar la imagen y mantenerla por medio de la imaginación, proyectando otras re-presentaciones auditivas y visuales que ha grabado, y así compararlas para discernir y razonar ante que tipo de árbol u objeto se encuentra. Para eso debe tomar información de las fotocopias y grabaciones que ha obtenido anteriormente, y que están en su escritorio (Función de la Mente Preconsciente), o debe ir a buscar a su Archivo (Función de la Mente Subconsciente); 5) todo objeto que es percatado por la Mente Consciente, obedece a tres categorías primarias en la clasificación de utilidad que le otorga la mente por asociación de representaciones e imágenes. Esta escala simple es que un objeto puede ser: agradable, neutro o desagradable, lo cual es inmediatamente captado por la Función de la Mente Inconsciente, que quiere cumplir sus necesidades o deseos, por medio de impulsos que son emitidos al cuerpo. Si el objeto es agradable, cumple bien una satisfacción a cierta aspiración del sistema que, guiado por el principio de placer, conduce a

la satisfacción de una necesidad nutricional o vital, impulso sexual o de dominio, o bien a un estado espiritual de felicidad o tranquilidad, necesitado por todo el sistema, o un placer más intenso como ser la gloria; 6) la Mente Egotista genera entonces una máscara que obedece a una autoimagen del 'Self', que puede ser simulada o 'Self Falso', o bien a una transformación del Yo real, que genera cambios somáticos, haciendo variar al mismo sistema y a la calidad misma de la entrada de información, como por ejemplo cuando alguien tiene miedo.

Finalmente, podemos agregar que en la actualidad existen más de 100 propuestas de 'counseling' y psicoterapia, siendo el modelo cognitivo-conductual el único que nos permite integrar diferentes enfoques tan diversos como las técnicas derivadas de las escuelas psicodinámicas, conductual y humanista que surgieron como rivales y antagónicas. Estas han sido integradas mediante las TCC (Terapias Cognitivas Conductuales), o bien mediante la TCS (Teoría Cognitiva Semántica), que basa su accionar en la modificación de los patrones erróneos del pensamiento del cliente, actitudes subyacentes cognitivas, y fundamentalmente, en las modalidades, pensamientos, sentimientos y conductas del cliente, para tratar de ver la realidad o mundo con las representaciones de éste. Algo puede comprobarse también en la TRE (Terapia Racional-Emotiva) de Albert Ellis, lo cual nos permite afirmar que la Psicología Holística puede ser útil mediante un enfoque integrador holístico del individuo, y de éste, en los sistemas y estructuras que integra social y ambientalmente.