

HISTORIAS DE FENGACOS

ISSN: 3061-7340

JULIO-DICIEMBRE
2024



ESPECIAL DE
"LA TLACUACHITA IGNORANTE":
CARIBDIS EXPLORANDO EL
COMPORTAMIENTO HUMANO

HISTORIAS DE FENGACOS

Centro de Investigación y Desarrollo Tecnológico Aplicado al Comportamiento

DIRECTORIO UAT

Dr. Dámaso Leonardo Anaya Alvarado
Rector

Dr. Eduardo Arvizu Sánchez
Secretario General

Dra. Rosa Issel Acosta González
Secretaria Académica

Dr. Fernando Leal Ríos
Secretario de Investigación y Posgrado

DIRECTORIO DE LA FADYCS

Dra. Elda Ruth De Los Reyes Villareal
Directora

Mtra. Oliva Ramírez San Vicente
Secretaria Administrativa

Dra. Rufina Flores Barrios
Secretaria Académica

Dra. Esperanza Sida Ponce
Secretaria Técnica

Dra. Helen Contreras Hernández
Jefa de la División de Estudios de Posgrado e
Investigación

EDITOR GENERAL

Ennio Héctor Carro Pérez

EQUIPO EDITORIAL:

Alejandra Abigail Serrano García
Andrea Michelle Reyes Paulin

COMITÉ EDITORIAL:

Dra. Lucía Ruíz Ramos
Dr. Alfredo Sánchez Carballo
Dra. Aileen Azucena Salazar Jasso
Dra. María Consuelo Lemus Pool
Dr. Bernardo Nahuat Roman
Dr. Arturo Secundino Hernández Gómez
Dra. María Josefina Hernández Barrera
Dr. Marcial Ranulfo Buttén de Leon
Dra. Yolanda del Rocío Moreno Ramírez
Dr. Oscar Monreal Aranda
Dra. Lucero de Jesús Rodríguez Jasso
Dra. Laura del Carmen Moreno Chimely
Dr. Ángel Mario Lerma Sánchez
Dra. Mireya Velázquez Hernández

ILUSTRADORA:

Alejandra Abigail Serrano García

**Envío de contribuciones conforme a
las normas para publicación:**

historiasdefengacos@uat.edu.mx

En portada: Alejandra Abigail Serrano García (2024) *CARIBDIS EN EL LABORATORIO*. Ilustración digital, México.

REVISTA "HISTORIAS DE FENGACOS", Año: 2024, Volumen 1, Número 2, julio - diciembre, es una publicación semestral de difusión científica arbitrada, editada por la Universidad Autónoma de Tamaulipas. Centro Universitario Tampico, Madero, Boulevard Adolfo López Mateos esquina con Ave. Universidad s/n, C.P. 89138, Tampico, Tamaulipas, México; Edificio Administrativo, Primer piso, Teléfono (52)+ 8332412000, Extensiones: 3768 y 3776. Sitio web: <https://fengacos.uat.edu.mx>. Editor responsable: Dr. Ennio Héctor Carro Pérez. Reserva de Derechos de Uso Exclusivo (versión electrónica) No. 04-2023-070713040900-102, ISSN Electrónico: 3061-7340, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor (INDAUTOR). Responsable de la última actualización de este número: Dr. Ennio Héctor Carro Pérez. Fecha de la última modificación: 06 diciembre de 2024.

El contenido de los artículos y colaboraciones publicadas en ésta revista son responsabilidad de cada autor. Se autoriza la reproducción total o parcial del material citando la fuente.

ÍNDICE

VOL. 1 NÚM. 2 (2024): JULIO-DICIEMBRE 2024

EDITORIAL

HISTORIAS DE FENGACOS VOL. 1 NÚM. 2

Ennio Héctor Carro Pérez 1-3

DOXA Y EPISTEME

LA QUÍMICA DEL PETRÓLEO: DIVULGANDO DOS ESTUDIOS FUNDAMENTALES

Edgardo Jonathan Suárez Domínguez 4-11

LA TLACUACHITA IGNORANTE

CARIBDIS, UNA TLACUACHITA EXPLORANDO EL COMPORTAMIENTO HUMANO (INTRODUCCIÓN)

Ennio Héctor Carro Pérez 12-15

DE VUELTA A LOS PRINCIPIOS: UNA REVISIÓN A LA OBRA DE WILLIAM JAMES

Alfredo Sánchez Carballo, Rosa Isela Reyes González 16-27

LOS CABELLOS DE LAS MUJERES SON MAS LARGOS PERO EL PENSAMIENTO ES MÁS CORTO. LA CONTROVERSIA SOBRE LA COMUNIDAD DE LAS IDEAS: JASTROW Y MARY WHITON CALKINS

Ennio Héctor Carro Pérez 28-34

VIDA COTIDIANA Y CONSTRUCCIÓN DE LA REALIDAD: APORTACIONES SOCIOPSICOLÓGICAS DE PETER L. BERGER Y THOMAS LUCKMANN

Aileen Azucena Salazar Jasso 35-49

VIVIR CADA MOMENTO CON UN SENTIDO: VIKTOR FRANKL Y SU LIBRO INSIGNIA

Ana María Martínez Jerez, Guadalupe Isabel Ceballos Álvarez 50-65

CON EL AMOR NO BASTA. CÓMO SUPERAR MALENTENDIDOS, RESOLVER CONFLICTOS Y ENFRENTARSE A LOS PROBLEMAS DE LA PAREJA

Oscar Orlando García Cruz 66-83

EDITORIAL

HISTORIAS DE FENGACOS VOL. 1 NÚM. 2

Autor: Ennio Héctor Carro Pérez

La continuidad de un proyecto editorial, en su formato de revista, siempre es de celebrarse, los primeros años son los más complicados, ya que involucra el compromiso, aprendizaje e integración de los que forman el equipo editorial, pero también el conocimiento y reconocimiento del proyecto por la comunidad académica o el lector al que va dirigido, lo cual toma su tiempo. El reconocimiento es importante, de él depende la lectura del contenido, pero también el contenido, ya que los autores y en consecuencia los intereses, normalmente los proporciona esta comunidad. De tal manera, en estos años, se puede claudicar en el esfuerzo de mantener y consolidar una publicación, no es fácil mantenerse a flote, para una revisión más ejemplar de los avatares que pasan los proyectos editoriales en México, recomiendo la lectura del texto de Jiménez-Yañez (2020), donde se hace una compilación de las experiencias de las revistas científicas, en sus procesos de edición y consolidación.

Sin embargo, Historias de Fengacos (HF), ha contado con algo que probablemente otras revistas similares no han tenido, la experiencia y entusiasmo de sus editores, no es el primer proyecto editorial que se realiza en el Centro de Investigación y Desarrollo Tecnológico Aplicado al Comportamiento (CIDETAC), y de alguna manera, el reconocimiento de la comunidad académica local, a las actividades que realiza el centro, se ha trasladado a HF. Así, la visibilidad, recepción y colaboración de los miembros institucionales ha sido en mayor cantidad que la que obtuvo la primera revista desarrollada por el CIDETAC, la Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la UACJS, por ello, si bien las contribuciones no se han acumulado, no han sido escasas, al menos, han permitido sacar a la luz este segundo número.

A diferencia del primer número de HF, caracterizado por la diversidad de las temáticas abordadas y los campos científicos de procedencia de los autores, el presente número, a excepción de la contribución del doctor Edgardo Jonathan Suárez Domínguez, sobre la química del petróleo, se concentra por entero en la descripción de textos o eventos que han sido relevantes a las ciencias del comportamien-

to durante el siglo XIX y XX. Estas contribuciones forman parte de la sección “La Tlacuachita Ignorante” y originalmente fueron planeadas como un bloque de capítulos para un libro de divulgación científica dirigido a jóvenes y público en general, donde una tlacuachita llamada Caribdis, funge de Virgilio y nos acompaña de manera ficticia, a través de las descripciones que realizan los autores. Por lo anterior, cada uno de los documentos volvieron a ser revisados, dictaminados y adaptados al formato de la revista.

Los trabajos anteriormente referidos, están acompañados de un texto introductorio que intenta dar el contexto del nacimiento de Caribdis, con el propósito de atenuar la sorpresa del lector cuando se tope con una fantástica tlacuachita lectora en cada uno de los artículos que le suceden, el primero de ellos, corre a cargo del doctor Alfredo Sánchez Carballo, en el cual expone los aspectos principales de una de las obras más emblemáticas y pioneras de la psicología como ciencia, los Principios de Psicología de William James, publicado originalmente en 1890; posterior a este documento encontramos la presentación de un conjunto de cuatro artículos publicados entre 1891 y 1896, publicados por Joseph Jastrow, y Cordelia Nevers con Mary W. Calkins, en ellos se debate una añeja idea sobre las diferencias cognitivas intersexuales, por lo que su expositor, Ennio Héctor Carro Pérez, incluye en el título del trabajo la palabra “controversia”; el siguiente trabajo es una descripción amena por parte de la doctora Aileen Azucena Salazar Jasso, al texto de Berger y Luckmann, La construcción social de la realidad, publicado originalmente en 1966; a esta texto, le sigue el trabajo de las doctoras Ana María Martínez Jerez e Isabel Ceballos Álvarez, sobre una de las obras más relevantes del campo de la psicoterapia, El hombre en busca de sentido, de Victor Frankl, publicado en 1946, donde las autoras, con sencillez, llevan de la mano a nuestra tlacuachita Caribdis, y seguramente a todo lector, hacer un recorrido sobre las reflexiones y conclusiones de Frankl respecto al comportamiento humano en situaciones adversas, como las que el mismo vivió durante la Segunda Guerra Mundial; por último, el maestro Oscar Orlando García Cruz, escribe sobre una de las obras más conocidas del psiquiatra Aaron T. Beck, Con el amor no basta, publicado en la década de los ochenta del siglo XX.

Como se anticipó en líneas anteriores, este número de HF, no es tan diverso en los objetos de estudio que aborda, pero está lleno de riqueza informativa en cada una de sus páginas, de tal manera, espero que el lector obtenga, lo mismo que el que escribe estas líneas al leerlos, la satisfacción de conocer un poco más.

Referencias

Jiménez-Yañez, C. E. (2020). *Revistas académicas en ciencias sociales y humanidades en México. Realidades, experiencias y expectativas*. México: El Colegio de Sonora, UABC, BUAP, UADY. En <https://libros.colson.edu.mx/index.php/colson/catalog/view/228/688/558>

Autor:

Ennio Héctor Carro Pérez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Coordinador del Centro de Investigación y Desarrollo Tecnológico Aplicado al Comportamiento (CIDETAC)

ennio_carro@yahoo.com

LA QUÍMICA DEL PETRÓLEO: DIVULGANDO DOS ESTUDIOS FUNDAMENTALES

Autor: Edgardo Jonathan Suárez-Domínguez

Resumen

Este artículo divulga la importancia del petróleo en la época actual así como el transporte en tubo. Se analizan dos estudios relevantes: el primero investiga la influencia de átomos de azufre y oxígeno como elementos que componen moléculas en las mezclas de hidrocarburos, destacando cómo estos elementos, a pesar de estar en concentraciones bajas (menos del 1% en algunos casos), alteran significativamente las propiedades termodinámicas y de transporte del petróleo como la viscosidad y energía necesaria para moverlo. Esto permite optimizar su manejo, inhibiendo la deposición de asfaltenos (que nunca es deseable en el transporte en ducto), reduciendo costos operativos en la industria. El segundo estudio se centra en la precipitación de asfaltenos y parafinas en el petróleo crudo, un fenómeno que puede obstruir las tuberías. Utili-

zando métodos de química computacional y termodinámica estadística, se identifican condiciones que favorecen esta precipitación y se proponen estrategias para mitigarla, como ajustar la temperatura y presión del transporte. Al considerar ambos estudios, se evidencia un enfoque holístico en la química de los hidrocarburos, sugiriendo que pequeñas modificaciones en la composición (en el orden de partes por millón o ppm) pueden tener efectos significativos en el sistema en su conjunto. Estos hallazgos ofrecen perspectivas valiosas para mejorar la eficiencia y sostenibilidad en la industria del petróleo, sugiriendo un futuro prometedor para la investigación y la aplicación de innovaciones en este campo.

Palabras clave: hidrocarburos e interacción molecular, sostenibilidad, termodinámica y eficiencia en crudo.



1. El petróleo

El petróleo se ha consolidado como uno de los recursos más importantes y ampliamente utilizados en el mundo actual, desempeñando un papel altamente relevante en el funcionamiento de las economías modernas. Este fluido oscuro, que se extrae del subsuelo a través de diversas técnicas de perforación, se originó hace millones de años a partir de residuos orgánicos que, bajo condiciones específicas de presión y temperatura, se transformaron en hidrocarburos. Hoy en día, el petróleo es la base de una amplia gama de productos que utilizamos diariamente, abarcando desde combustibles esenciales como la gasolina y el diésel, que alimentan nuestros vehículos y maquinarias, hasta plásticos y productos químicos que forman parte integral de numerosos objetos y materiales en nuestra vida cotidiana.

La versatilidad y abundancia del petróleo, lo convierten en un recurso indispensable en múltiples industrias, desde la automotriz hasta la farmacéutica, impactando significativamente en nuestro estilo de vida y en la economía global (Ortuño Arzata, 2021). Sin embargo, su naturaleza compleja y sus propiedades cambian de manera significativa según la composición de su mezcla. Este artículo revisa dos estudios relevantes que analizan aspectos críticos de la química de los hidrocarburos: la influencia de átomos de azufre y oxígeno en sus propiedades (Perez-Sanchez et al., 2024) y el comportamiento de asfaltenos y parafinas en el petróleo crudo (Suarez-Dominguez et al., 2024).

1.1. Propiedades Moleculares y Efectos de Impurezas: La Influencia del Azufre y el Oxígeno

El primer artículo, titulado "Influence of the Presence of Sulfur and Oxygen Atoms on Molecular, Thermodynamic and Transport Properties in Hydrocarbon Mixtures" (Perez-Sanchez et al., 2024), se adentra en la compleja interacción que existe entre la composición química de las mezclas de hidrocarburos y la presencia de átomos de azufre y oxígeno.

La Figura 1 muestra las moléculas principales con sus componentes de petróleo, en donde se visualizan en color gris las de carbono, en blanco las de hidrógeno y en amarillo y rojo las de azufre y oxígeno, respectivamente.

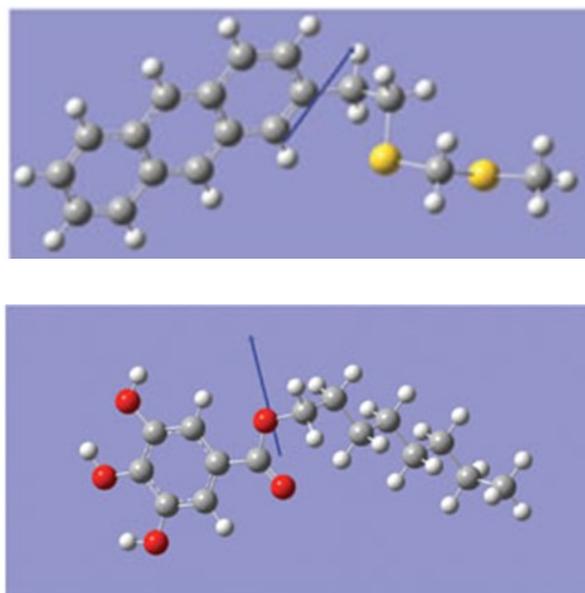


Figura 1.- Moléculas principales de crudo. Fuente: Pérez-Sánchez et al. 2024

Aunque estos átomos se encuentran en concentraciones relativamente bajas, en el orden de las 500ppm, su impacto en las pro-

propiedades físicas y químicas de las mezclas es nada menos que significativo. En particular, afectan la energía necesaria para mantener los componentes de la mezcla en suspensión, esto es, que continúe como un líquido, lo que resulta fundamental para asegurar un transporte eficiente del petróleo. En este artículo se explica cómo, utilizando recursos computacionales, es posible desarrollar diversos cálculos entre los componentes, permitiendo analizar su comportamiento bajo diferentes condiciones.

Las moléculas o componentes principales de los petróleos (Fracción ligera, media y pesada así como moléculas desde 6 hasta más de 32 carbonos) se expresan como un conjunto de proyecciones espaciales que representan las formas más probables de estas moléculas. Esto permite realizar diversos cálculos de energía que son indispensables para entender cómo el petróleo se comporta en condiciones específicas de operación (si fluye más rápido o no).

1.2. Interacciones Moleculares e Implicaciones Industriales

Las moléculas de hidrocarburos, compuestas principalmente de carbono e hidrógeno, pueden ver alterado su comportamiento químico y físico con la adición de otros elementos, como el azufre y el oxígeno. Investigaciones recientes han demostrado que estos elementos pueden formar enlaces con las estructuras carbono-hidrógeno, esto es, la molécula similar con el átomo añadido como parte de

su composición, modificando las fuerzas intermoleculares que mantienen las mezclas en equilibrio (Aziz et al., 2024).

Esta interacción es de suma importancia, ya que al ajustar la concentración de ciertos átomos, es posible optimizar el proceso de transporte del petróleo por la modificación de dichas fuerzas moleculares de los componentes a partir de la inclusión del átomo de azufre u oxígeno que se muestra en la Figura 1. Esto no solo permite que el petróleo fluya más fácilmente, sino que también contribuye a la reducción de los costos asociados a su bombeo pero siendo necesaria la implementación posterior del retiro de azufre, así como una comparativa costo-beneficio.

Los costos operativos en la industria del petróleo son, en gran medida, determinados por la energía eléctrica requerida para los equipos requeridos para mover el líquido en tubería, así como la energía asociada al calentamiento (Ortuño Arzata, 2021). Si se presentan precipitaciones de ciertos componentes, esto puede resultar en una reducción del diámetro interior de las tuberías (por incrustación en la pared interior del ducto), incrementando la resistencia al flujo y, por lo tanto, los costos. Además, la energía necesaria para calentar el petróleo y mantener su viscosidad se incrementa considerablemente si se produce una disminución en la temperatura, complicando aún más el proceso de transporte. Al entender cómo la presencia de ciertos átomos dentro de las moléculas influye en las propiedades moleculares, los ingenieros y científicos



pueden desarrollar fórmulas de combustibles que sean más eficientes y sostenibles, contribuyendo a minimizar el impacto ambiental. Sin embargo, el artículo no llega a realizar un análisis de costo beneficio, o de impacto ambiente, pero puede intuirse que es necesaria la consideración de la separación de estos átomos en otras fases como las asfálticos, o el tratamiento posterior de separación, asociado a la producción y transporte de combustibles, alineándose con los objetivos globales de sostenibilidad. De esta manera en este artículo se presenta una forma de estudiar lo que conocemos como la termodinámica aplicada a petróleo.

2. Precipitación de Asfaltenos y Parafinas en el Petróleo

2.1. El Comportamiento de Asfaltenos y Parafinas

El segundo artículo, titulado "Study of the Precipitation Trend of Asphaltenes and Waxes in Crude Oil Using Computational Chemistry and Statistical Thermodynamics Methods" (Suarez-Dominguez et al., 2024), se enfoca en un fenómeno crítico en el manejo del petróleo: la precipitación de asfaltenos y parafinas. Estos componentes, que son más pesados y complejos que otros hidrocarburos, tienden a aglomerarse y obstruir las tuberías, lo que presenta un desafío considerable para la industria del petróleo principalmente en las zonas de México donde existe una mayor proporción de petróleo con este tipo de moléculas componentes. En el Noreste de México, por

ejemplo, existe petróleo de muy alta viscosidad, y lo que corresponden a una relación de densidad conocida como gravedad específica API, siendo de valores muy bajos los de mayor viscosidad.

2.2. Métodos Computacionales y Estrategias de Mitigación

El estudio utiliza avanzados métodos de química computacional (mediante el método MMH -Multiple Minimum Hypersurfaces-) y termodinámica estadística, como la obtención del valor de la energía electrónica mediante el programa MOPAC (método semiempírico AM1). Los valores de la energía libre de asociación correspondiente a cada configuración y la selección de la asociación de menor energía fueron determinadas mediante el programa ENERGY2016.

Para analizar las condiciones que favorecen la precipitación de estos componentes indeseados. A través de la simulación de diferentes condiciones termodinámicas (como la energía libre superficial proporcional a la tensión interfacial), los investigadores pueden prever cuándo y cómo se producirá la precipitación, lo que les permite diseñar estrategias efectivas para mitigar este problema. Este enfoque no solo ahorra tiempo y recursos valiosos, sino que también optimiza el manejo del petróleo crudo en la industria. Entre las estrategias documentadas se encuentran la modificación de la temperatura y la presión durante el transporte del petróleo, así como la adición de aditivos químicos a partir de componentes

derivados de ácidos grasos, que pueden ayudar a mantener los asfaltenos y parafina, que son moléculas de alto peso molecular, en suspensión (Sun et al., 2023).

Estas soluciones son fundamentales para mejorar tanto la calidad como la manejabilidad del petróleo crudo, asegurando que se mantenga en condiciones óptimas durante su transporte (moverlo a través de una tubería de un lugar a otro).

3. La Sinergia de Ambos Estudios

Al considerar ambos estudios en conjunto, se expone un marco que enriquece nuestra comprensión teórica de la química de los hidrocarburos y proporciona aplicaciones prácticas relevantes para la industria. La interacción entre las propiedades moleculares alteradas (energía libre de asociación o el par potencial molecular) por la presencia de azufre y oxígeno y el comportamiento de los asfaltenos y parafinas crea un sistema químico (de interacción de moléculas modificadas) presente en el transporte y la utilización eficiente del petróleo. La integración de modelos computacionales y simulaciones avanzadas en ambos estudios representa un avance significativo en la investigación de la ingeniería del petróleo (Tang et al., 2023). Esto permite a científicos e ingenieros entender con mayor precisión cómo interactúan los diferentes componentes del petróleo, como las señaladas en los dos artículos a partir de los efectos en sus propiedades termodinámicas, y les brinda herramientas para optimizar procesos y reducir

costos operativos, especialmente relevante en un contexto global donde la eficiencia y la sustentabilidad o la reducción de energía de procesos son más importantes que nunca.

4. Futuro de la Investigación y Aplicaciones Prácticas

La combinación de estos estudios resalta la urgente necesidad de seguir explorando las complejidades de los hidrocarburos. A pesar de los avances significativos, persisten muchas preguntas por responder. Por ejemplo, la influencia de otros elementos o compuestos, como los asociados a fases más comunes como la gasolina o el Diesel, y las propiedades del petróleo merece una investigación más profunda (Yusuf et al., 2024). Además, la búsqueda de combustibles más limpios y sostenibles, considerando los procesos con azufre en cadenas que no intervengan en los combustibles de uso común, se convierte en un imperativo ante los desafíos ambientales actuales. Las aplicaciones prácticas de estos estudios son extremadamente variadas. Desde la optimización de los procesos de extracción y transporte hasta el desarrollo de nuevos aditivos químicos que pueden mejorar la calidad del petróleo crudo, las oportunidades son vastas y diversas (Mazaheri et al., 2024). La implementación de estas estrategias no solo puede aumentar la eficiencia económica de la industria, sino que también contribuir a un futuro más sostenible en el sector energético.

5. Importancia de conocer las implicaciones prácticas del petróleo

Conocer las implicaciones prácticas del petróleo es relevante, porque el petróleo se usa en muchas cosas que usamos todos los días, como gasolina para los coches, plásticos para juguetes y productos que nos ayudan en casa. Por otro lado, ayuda a reconocer la necesidad de continuar investigando sobre el petróleo, aunque nos encontremos en la búsqueda e implementación de alternativas sustentables para la generación de productos y energía.

Entender cómo funciona el petróleo y cómo se puede mejorar su transporte ayuda a que no se desperdicie y a que sea más fácil de usar. También, si encontramos formas de que el petróleo sea más limpio y seguro para el planeta, ayudamos a cuidar el medio ambiente. Así, podemos tener energía para jugar y vivir, sin dañar nuestro mundo.

Conclusión

Los estudios examinados proporcionan una perspectiva sobre la química de los hidrocarburos y sus implicaciones prácticas en la industria del petróleo. En el primer artículo se explica cómo los átomos de azufre y oxígeno influyen en las propiedades moleculares de las mezclas con hidrocarburos, abordándose de manera divulgativa en este papel, destacando que se abre una nueva vía hacia innovaciones que pueden optimizar significativamente la eficiencia y la sostenibilidad de los

procesos industriales.

Además, comprender el comportamiento de los asfaltenos y asfaltenos en el petróleo crudo es trascendental, ya que estos componentes no solo afectan el flujo y la manejabilidad del petróleo. Sin embargo hace falta determinar exactamente el impacto considerable en los costos operativos y en la calidad del producto final. La capacidad de anticipar y mitigar la precipitación de estos compuestos a través de métodos computacionales y ajustes en las condiciones de transporte es una herramienta valiosa para los ingenieros y científicos del sector.

Asimismo, la integración de enfoques teóricos y prácticos, junto con el uso de tecnologías avanzadas de simulación, representa un paso importante hacia el desarrollo de soluciones más eficientes. La combinación de estos esfuerzos no solo puede resultar en una mayor eficacia económica para la industria del petróleo, sino que también contribuye a un enfoque más responsable y sostenible ante los desafíos ambientales que enfrentamos actualmente.

Glosario

Aditivo: Una sustancia que se añade a otra para mejorar sus propiedades o funciones, como en el caso del petróleo, se añaden líquidos para que no se separen sus componentes, o se mantengan en movimiento cuando se bombean por una tubería.

Asfalteno: Compuestos pesados y complejos que se encuentran en el petróleo y que pueden causar obstrucciones en las tuberías. Moléculas grandes.

Azufre: Un elemento químico que, en pequeñas cantidades, puede afectar las propiedades del petróleo y otros hidrocarburos.

Computacional: Relacionado con el uso de computadoras para realizar cálculos o simulaciones.

Densidad: La cantidad de masa que tiene un objeto por su volumen; en el caso del petróleo, influye en su flotabilidad y manejo. En la industria también se le conoce como gravedad específica o grados API.

Hidrocarburo: Un tipo de molécula que está formada solo por átomos de carbono e hidrógeno; es el principal componente del petróleo.

Industria: Conjunto de actividades económicas que producen bienes o servicios; en este caso, la industria del petróleo.

Mezcla: La combinación de dos o más sustancias diferentes que pueden interactuar entre sí.

Obstrucción: Cuando algo bloquea el paso o el flujo de un líquido, como el petróleo en una tubería.

Parafina: Un tipo de hidrocarburo que es sólido a temperatura ambiente y puede acumularse en el petróleo, causando problemas en su transporte. A diferencia de los asfaltenos se conforman por moléculas, normalmente alargadas, de alto peso molecular.

Perforación: El proceso de hacer un agujero en la tierra para extraer petróleo o gas.

Petróleo: Un líquido oscuro que se extrae del suelo, compuesto principalmente de hidrocarburos, y que se usa para hacer combustibles y otros productos.

Simulación: Un modelo que imita o reproduce un proceso real, usado para entender cómo funcionará en la práctica.

Sinergia: Interacción o cooperación entre dos o más elementos que produce un efecto total mayor que la suma de sus efectos individuales. En el contexto de la industria del petróleo, la sinergia puede referirse a la colaboración entre diferentes procesos, tecnologías o sustancias que optimizan la extracción, el procesamiento o el transporte del petróleo, mejorando así la eficiencia y reduciendo costos. También se conoce como sinergia el trabajo en conjunto de dos o más personas para lograr un mismo fin.

Termodinámica: Una rama de la física que estudia el calor y la energía, y cómo se transforman en diferentes situaciones.

Viscosidad: Una medida de qué tan espeso o pegajoso es un líquido; los líquidos más viscosos fluyen más lentamente.

Referencias

Aziz, Z. S., Jazaa, S. H., Dageem, H. N., Banoon, S. R., Balboul, B. A., & Abdelzaher, M. A. (2024). Bacterial biodegradation of oil-contaminated soil for pollutant abatement contributing to achieve sustainable development goals: A comprehensive review. *Results in Engineering*, 102083.

Mazaheri, A. R., Nasiri, M., Javadi, A., & Amiri, E. (2024). Stabilization of crude oil-contaminated Bushehr carbonate sand: physical and chemical study. *Bulletin of Engineering Geology and the Environment*, 83(9), 373.

Ortuño Arzata, S. (2021). El mundo del petróleo. Fondo de Cultura Económica: España 100pp.

- Perez-Sanchez, J. F., del Carmen Galindo-Lopez, R., Suarez Dominguez, E. J., Rodriguez-Rodriguez, J. R., Perez-Badell, Y., & Izquierdo Kulich, E. F. (2024). Influence of the Presence of Sulfur and Oxygen Atoms on Molecular, Thermodynamic and Transport Properties in Hydrocarbon Mixtures. *Current Analytical Chemistry*, 20(5), 335-344.
- Suarez-Dominguez, E. J., Perez-Sanchez, J. F., Herrera-Pilotzi, H., Rodriguez-Rodriguez, R., Perez-Badell, Y., Montero-Cabrera, L. A., & Izquierdo-Kulich, E. F. (2024). Study of the precipitation trend of asphaltenes and waxes in crude oil using computational chemistry and statistical thermodynamics methods. *Results in Engineering*, 21, 101672.
- Sun, D., Wang, Y., Gao, J., Liu, S., & Liu, X. (2023). Insights into the relation of crude oil components and surfactants to the stability of oily wastewater emulsions: Influence of asphaltenes, colloids, and nonionic surfactants. *Separation and Purification Technology*, 307, 122804.
- Tang, Y., Fu, Z., Raos, G., Ma, F., Zhao, P., & Hou, Y. (2023). Molecular dynamics simulation of adhesion at the asphalt-aggregate interface: a review. *Surfaces and Interfaces*, 103706.
- Yusuf, M., Ridha, S., & Kamyab, H. (2024). Recent progress in NP-Based Enhanced oil Recovery: Insights from molecular studies. *Journal of Molecular Liquids*, 124104.

Autor:

Edgardo Jonathan Suárez-Domínguez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

*Jefe de investigación de la Facultad de Arquitectura,
Diseño y Urbanismo (FADU-UAT)*

edgardo.suarez@docentes.uat.edu.mx

CARIBDIS, UNA TLACUACHITA EXPLORANDO EL COMPORTAMIENTO HUMANO

Autor: Ennio Héctor Carro Pérez

Introducción

Antes de imaginar que una tlacuachita podría inspirar escritos o una sección entera en una revista de divulgación científica, lo supuse de un perro, un gato o incluso un pato. Parece natural, por la cercanía, que los gatos, perros u otros animales de granja, puedan ser utilizados como vehículos para que niños y adultos, inicien una trayectoria de aprendizaje lúdica en ciencia y sobre ciencia, sin embargo, los tlacuaches, esa especie que por el crecimiento humano ha tenido que entrar en contacto con nosotros de manera poco amable y que a simple vista no es tan bella como un gato bien cuidado, ha pasado indiferente para esta actividad.

Para ellos o ellas, como se les quiera decir, Tlacuaches, Zarigüeyas o *Didelphis Virginiana* (Arcangeli, 2014), entre otros nombres, solo hemos sido hombres grises de Momo (Ende, 2003), robándoles tiempo y espacio.



Quizá por estas circunstancias y la probabilidad, entré en contacto con dos tlacuachitos de escasos 20 días de nacidos, a los cuales cuidé, no por ser “buena persona”, sino por la falta de servicios de auxilio animal de mi entorno.

Con la invaluable ayuda de mi esposa, los procuré y empecé a conocer. La lectura de publicaciones especializadas y no especializadas, nos permitió informarnos sobre su condición de marsupial y acerca de las creencias prehispánicas asociadas a esta especie, una de ellas, ubica al tlacuache como un animal benefactor de la humanidad, por proveer del fuego que roba con su cola a los dioses (López, 2006), lo cual, como López (2006) también lo afirma, nos recuerda al *Prometeo Encadenado de Esquilo* (2012) portador del fuego, fuego que disipa las sombras de la ignorancia y que representa conocimiento (Xirau, 2011).

En este sentido y siguiendo las creencias, un tlacuache puede verse como un medio para portar conocimiento y en consecuencia, no sería impropio considerar a una tlacuachita como gestora del mismo, que utilice la ignorancia como un catalizador.

La crianza de los tlacuachitos tuvo sus tropiezos, solo uno de ellos pudo continuar con vida: una hembra. Hembra que recibió de nuestra parte el nombre de Caribdis, aludiendo a la entidad mitológica griega, hija de Poseidón y Gea, que se materializa en forma de remolino para atormentar a los marineros, y es que para nosotros fue un remolino, un

evento que convulsionó nuestros patrones de conducta, nuestras costumbres. Para empezar, la búsqueda de un especialista que nos diera luz sobre el mantenimiento de los tlacuaches fue un problema, cuando se encontró, se dio paso a la crianza programada, cada hora alimentarla y vigilar su progreso. Cada fase de su crecimiento fue marcado por un compromiso: la vida en su mejor condición. Por casi un año, nuestras acciones estuvieron orientadas a que ella alcanzara un kilogramo de peso, después, en el segundo año, cuando alcanzó más de tres kilogramos, nuestra tarea se centró en reducir su peso. Todo un torbellino, un remolino, una vorágine como la de Eustasio Rivera.



Caribdis nos acercó a los tlacuaches y como el tlacuache ropavejero de Francisco Gabilondo Soler, ella nos hizo pensar en escenarios fantásticos, donde aprendió a leer por asociación y se preguntaba sobre las cosas que leía y veía. Estos escenarios, tanto el del *Ropavejero* como el de una *Tlacuachita ignorante*, no son del todo inverosímiles, solo es cuestión de pensarlos, como la siguiente historia:

"Un día cálido de agosto, en el norte de una entidad, con la costa más larga del país, una *tlacuachita* había sucumbido a la fuerza de gravedad, cayendo del lomo de su madre que quizá huía porque no acudió a su auxilio, lo que solo podemos suponer, lo cierto es que cayó y se vió presa entre las fauces de un gato llamado Darwin, o pudo ser Galileo, creo que pudo ser este último, menos feroz que el primero, ya que en vez de dañarla, la llevo al jardín de su casa y la depositó al pie de un árbol. Allí fue encontrada por un científico que junto a su esposa, también científica, habitaban en el campo, la tomaron entre sus manos y llevaron al interior de su casa, atónitos la miraron y se preguntaron, ¿qué es?, no parece un ratón, tampoco una tuza, ¿será una cría de tejón?, abrieron su computadora, y en eso que llamaban internet, escribieron "crías tejón", compararon la imagen con la pequeñita que recién habían encontrado y no tenía parecido con ella, después de cavilar un tiempo, alguien comentó ¿un tlacuache?, escribieron con el teclado de la máquina esta nueva palabra y sí, las imágenes que se mostraron correspondían con precisión, en ese momento decidieron criarle y le nombraron Caribdis.

Lo anterior fue el inicio de todo, ellos la cuidaron entre las lecturas de libros y artículos científicos. Caribdis, a la par que crecía, fue aprendiendo en secreto

a leer, asociando las palabras que escuchaba a los símbolos impresos de las páginas.

A parte de aprender a leer, tarea gratificante y del todo asombrosa, Caribdis se entretenía observando los rostros de esa mujer y ese hombre cuando revisaban las palabras impresas de manera vertical en los lomos de esos objetos que llamaban "libros", estos se encontraban ordenados uno tras otro, en fila, en largas repisas horizontales de madera, rematadas por paredes verticales del mismo material, después aprendió que estas repisas eran llamadas libreros. Cuando la mujer o el hombre pronunciaban palabras como "¿ya leíste Crónicas marcianas?" o "El origen de las especies", en el rostro se les marcaba una sonrisa y los ojos se les cubrían de agua, de la misma manera que a ella le ocurría cuando comía, de allí pensó que debía ser algo que disfrutaban, tanto como ella sus alimentos, por lo que un día se prometió que también disfrutaría de leer esas palabras impresas incrustadas en fila en esas altas repisas.

Cuando tuvo edad suficiente y bríos para escalar las estanterías de los libreros de madera donde se encontraban incrustados los lomos de los preciados libros, dedicó noches enteras, sin que alguien lo notara, a trepar por ellos y sin un tema en particular extraía uno y lo leía con avidez. Así, cada noche se formulaba una pregunta general sobre el tema central del libro, esperando que el autor le respondiera de una forma amena y sencilla.

De pregunta en pregunta, ¿porqué el amor no basta?, ¿la realidad es construida socialmente?, ¿qué es la conciencia?, ha conocido y sigue conociendo...

Hasta aquí la fantasía, sin embargo, ayudados por Caribdis, en esta sección especial de "La Tlacuachita ignorante", se presentan un conjunto de artículos sobre tópicos que los estudiosos del comportamiento humano han

considerado relevantes durante el siglo XIX y XX, en ellos se aborda la conciencia, la inteligencia, las capacidades cognoscitivas, el amor, el bienestar, la vida cotidiana y la constitución social de los individuos. Si bien nuestra tlacuachita ignorante, en realidad no puede leer, seguramente en un mundo ideal lo hubiera disfrutado, esperando que todos nosotros hagamos lo mismo.

Autor:

Ennio Héctor Carro Pérez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Coordinador del Centro de Investigación y Desarrollo Tecnológico Aplicado al Comportamiento (CIDETAC)

ennio_carro@yahoo.com

Referencias.

Arcangeli, J. (2014). Manejo de crías de zarigüeya (*Didelphis virginiana*) en cautiverio. *Revista Electrónica de Veterinaria*. 15 (9), 1-13. En línea <https://www.redalyc.org/pdf/636/63632727002.pdf>

Ende, M. (2003). *Momo*. México: SEP, Aguilar, Altea, Taurus, Alfaguara.

Esquilo (2012). *Las siete tragedias* [colección "sepan cuantos"]. México: Editorial

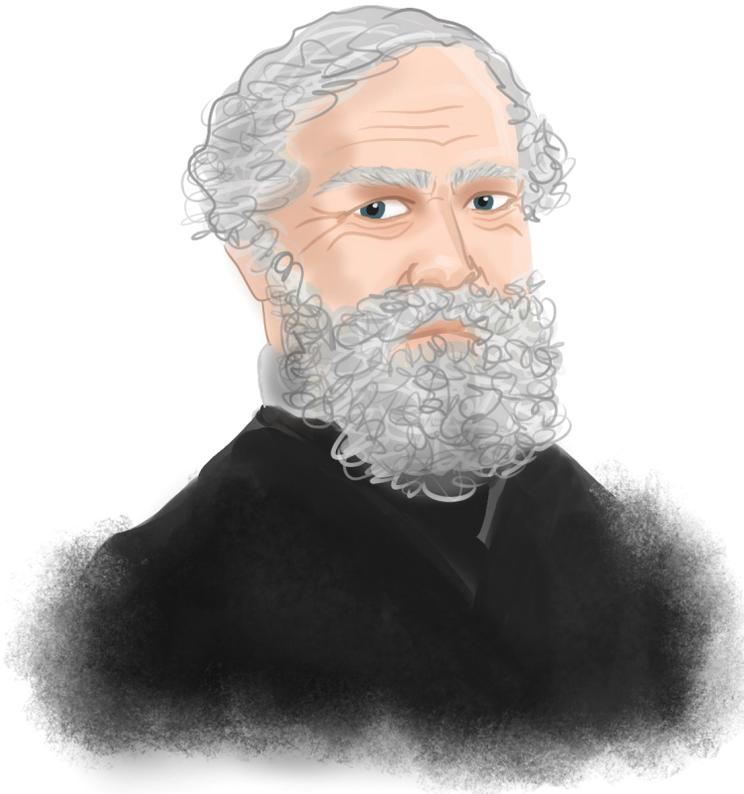
López A., A. (2006). *Los Mitos del Tlacuache*. *Caminos de la mitología Mesoamericana*. UNAM. <https://www.libros.unam.mx/los-mitos-del-tlacuache-caminos-de-la-mitologia-mesoamericana-9786073074100-ebook.html>

Xirau, R. (2011). *Introducción a la historia de la filosofía*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.



DE VUELTA A LOS PRINCIPIOS: UNA REVISIÓN A LA OBRA DE WILLIAM JAMES

Autores: Alfredo Sánchez Carballo, Rosa Isela Reyes González



Uno de los primeros textos que encontró Caribdis en los librerías de los científicos fue *Principios de Psicología*, de William James, con dificultades emprendió su lectura, le tomó mucho tiempo ya que apenas tenía experiencia, sin embargo, con constancia lo leyó y esto encontró.

Introducción

A lo largo de nuestra experiencia con la lectura, hemos notado que un texto de ciencias sociales, humanas o del comportamiento se convierte en un clásico cuando logra algo más que ser un simple trabajo académico. Estas obras se distinguen por su calidad literaria y accesibilidad que trasciende las fronteras de su disciplina. Es decir, su lenguaje es claro a pesar de la especialización de los temas que tratan. Pensemos en obras como *El Capital* de Karl Marx, *La Condición Humana* de Hana Arendt, *Pensamiento y Lenguaje* de Lev Vigotsky, *Economía y Sociedad* de Max Weber, entre otros tantos. En lo que podría extenderse una lista innumerable también ha ganado un espacio el libro titulado *Principios de Psicología* de William James: obra que cumple con las dos características enunciadas.

Muchos interesados en ciencias sociales y del comportamiento hemos leído y revisado, sino completamente, sí de forma parcial los *Principios de Psicología* de William James, otras personas han sido lo suficientemente

curiosas para asomar la vista a algunos de sus capítulos sin mayor profundidad y en otras ocasiones, de manera sorprendente, nos hemos encontrado con estudiantes de diversas facultades de psicología que no han tenido contacto con esta contribución clásica en nuestra disciplina. Cualquiera que sea nuestro caso, la obra de James no pasa desapercibida, tanto por su calidad o el volumen de ideas vertidas en este gran libro. Una razón para acercarte a una obra de esta calidad es pensar en ella como un viaje a través del territorio del conocimiento humano de la mente, el comportamiento y la psicología. Al leer esta obra, podrás explorar las complejidades de estos temas de manera profunda e interesante, ampliando tu comprensión y conocimiento en el proceso. La curiosidad debe ser compartida, sobre todo cuando nos encontramos con una obra que, según nuestra perspectiva, debería tener más lectores. Para otros curiosos del comportamiento humano, en *Principios de Psicología* pueden encontrar algunas respuestas a la definición de psicología, por un lado, así como también una discusión sistemática entre el concepto de mente y de la naturaleza de la conciencia, algo así como el descubrir qué aportes han tenido otras subdisciplinas como la psicofisiología a las ciencias de la mente y la conducta.

Para iniciar este viaje, cabría preguntarnos: ¿por qué continúan vigentes las ideas de un especialista que escribió sobre la mente humana hace más de 100 años?, ¿qué provecho podríamos obtener tú y yo a partir de la revi-

sión de las ideas que James trazó en el libro *Principios de Psicología*? La respuesta a estas preguntas radica en el objetivo central de James: adentrarse en el vasto y complejo mundo de la mente humana. Además, se interesó por reflexionar sobre temas como: explicaciones sobre la actividad mental desde la fisiología, las corrientes del pensamiento, la función de la conciencia, explicación sobre las emociones; la relevancia que implica comprender las actividades cognitivas “superiores” tales como atención, memoria, factores del razonamiento, emociones, voluntad, entre otros temas fundamentales para la psicología y las ciencias del comportamiento. Al final de cuentas, estimados lectores, se trata de temas que nos acontecen a todos.

Por tal razón, el objetivo de este capítulo es que sea entendido como el recorrido que hacemos por cualquier ruta. En este andar aprenderemos a identificar algunas de las principales ideas que ha aportado la obra de William James a la comprensión y explicación de la conducta humana. Véanse estas ideas como las señales de tránsito en la carretera, las cuales nos indican donde disminuir la velocidad, dónde hay acceso restringido o en qué parte del camino los peatones llevamos preferencia.

En fin, para alcanzar nuestra meta en este recorrido, se repasarán algunos detalles de la biografía del autor, los conceptos más destacados acerca de la distinción entre mente y conciencia, la ubicación de la voz de James entre otras que históricamente han trazado

explicaciones sobre la conducta humana. Y así, en una aventurada conclusión, llegaremos a un destino temporal donde las personas no cercanas a la formación profesional de las ciencias del comportamiento identificarán el valor de las ideas de James.

William James: algunos aspectos de su vida y formación

Consideremos un primer dato: William James fue la persona que organizó y fundó el primer laboratorio de psicología en el continente americano en 1875. Este hecho por sí mismo ya es un gran reconocimiento dentro de las ciencias del comportamiento. Pero dicho logro no vino por un milagro. James fue un pensador en toda la extensión de la palabra. Forma parte del grupo de personas que dedicaron su vida a la discusión de ideas tan polémicas como, por ejemplo, insistir en que la psicología debería ser una disciplina independiente y con su peso específico dentro de las demás ciencias.

James nació en 1842 y murió en 1910. En medio de un momento convulso de la historia de la humanidad supo hacerse de un lugar en la naciente disciplina interesada en temas sobre: la conciencia, la mente, las reacciones a estímulos, la conducta, y otros. Sus viajes a Europa formaron parte de su carácter y este ir y venir le permitió apuntalar, aun sin proponérselo, lo que hoy conocemos como la psicología funcionalista. James, por lo tanto, estaba más inclinado a responder la pregunta ¿para qué es la mente? (describir sus funciones, de

ahí la palabra “funcionalismo”) que, como lo planteaba la escuela estructuralista especialmente la que surge en Alemania de la mano de Wundt, escuela de pensamiento que se preguntaba ¿cómo es la mente?, es decir ¿cuál la estructura de la mente? De esta postura deriva la escuela de pensamiento de tipo “estructuralista”.

No podemos afirmar que James fue una excepción en su entorno, pero sí que aprovechó las ventajas que tuvo al nacer en una familia fecunda e ingeniosa. Tan es así que James llegó a ser profesor en Harvard. Desde luego que este dato no desmerita sus alcances como profesional, más bien acentúan que sus capacidades eran sobresalientes.

A pesar de todo lo anterior, parece que toda vida exitosa tiene una contraparte trágica: los ataques nerviosos de James mermaron su férrea voluntad en varias ocasiones a lo largo de su vida. Después de un viaje exploratorio por una región del Amazonas, sus problemas físicos se agudizaron. Pero intentó aminorar sus ataques con repetidos viajes a Europa. En 1878 contrajo matrimonio con Alice Howe Gibbens con la cual tuvo cinco hijos. Alice se convirtió en un apoyo incondicional para el incansable pensador norteamericano.

Además de formarse en un área que hoy conocemos como psicología experimental, James también probó suerte en artes, biología, fisiología, filosofía y medicina (formación de la que se doctoró en 1869). Francés, alemán e italiano fueron lenguas que James dominó con

soltura. Esto es muestra de su capacidad intelectual y la manera en que sus viajes a Europa influyeron para perfeccionar su afición políglota.

Quizá hoy podríamos decir que James promovió una psicología filosófica. Esto se sustenta a partir de conocer las relaciones e intereses teóricos y filosóficos de James con figuras tan reconocidas como el filósofo Charles Peirce, promulgador de la teoría de los signos. Es de estos intercambios intelectuales que se conoce la influencia de James hacia el pragmatismo norteamericano. A partir de esta corriente filosófica ensayó algunas conclusiones muy particulares en relación a las creencias religiosas de las personas. Después de desempeñarse durante varios años como profesor de fisiología-anatomía (1872-1880), y psicología experimental (1889-1897), finalmente se enfocó en profundizar su interés por la filosofía, área en la cual también fue profesor (1880-1907).

Sus andanzas por diversas áreas del conocimiento facilitaron la escritura de ideas y su posterior publicación. Aquí mencionamos solo algunas de ellas: *La voluntad de creer y otros ensayos en filosofía popular* (1897); *Charlas con profesores de psicología: y con estudiantes sobre algunos de los ideales de la vida* (1899); *Pragmatismo: un nuevo nombre para algunas viejas formas de pensar* (1907); *Algunos problemas de filosofía* (1911).

Tan prolífica fue la vida intelectual de William James que esta sección es solo una se-

ñal más en el recorrido que aquí hemos propuesto. Ya serán ustedes junto a Caribdis quienes, aludiendo a la curiosidad, podrán detenerse de manera prolongada en la vida de este autor a través de otros artículos, libros, documentales o páginas de internet.

Los aportes de la obra de W. James

Como en casi toda área de conocimiento, lo primero que se intenta es definir el objeto de estudio de interés para la disciplina. William James recorrió esa misma línea a pesar de que ya había definiciones sobre lo que hasta el momento se entendía por psicología. El autor estadounidense en 1890 definió a la psicología como “la ciencia de la vida mental”. Aun así, quedarían dudas de esta definición, sobre todo en lo referente al término “mente”. Años después, y con la intención de disipar algunas dudas al respecto, John B. Watson, también norteamericano, definiría a esta disciplina como “la ciencia de la conducta” bajo los intentos de ajustarse con mayor precisión a las exigencias del método científico, cuyo paradigma se había copiado de las ciencias naturales. ¿Qué bando tiene la razón hasta el momento? ¿Los que se adhieren a la idea de que la psicología es la ciencia de la conducta o una disciplina que se encarga única y exclusivamente de estudiar la mente? ¿El ser humano es mente y cuerpo o solo conducta? Preguntas que James discutió en *Principios de Psicología*.

En la obra de James hay una intención por abordar la subjetividad partiendo de enuncia-

dos propios y más cercanos a la objetividad: una operación que en un primer vistazo se consideraría paradójica. Sin embargo, James disipa las oposiciones argumentativas poniendo a su servicio la pragmática no solo como una construcción teórico conceptual, sino también como un artificio de la sintaxis para comunicar en un lenguaje familiar lo que para otros eruditos se hubiese convertido en un viacrucis de la literatura científica.

Entre todos estos factores, James intentó dibujar una conexión entre las funciones y relaciones del sistema nervioso humano, explicando así la experiencia pura. Esto lo intentó no sin deshacerse de su intención fundamental: una sistematización de alcance teórico sobre la mente y la conciencia. A esto (Riviere, 1990, pág. 114) explica que esta teoría implica: “a) una definición de lo mental como caracterizado por una nota esencial de finalidad, b) la identificación (*quizá diferenciación*) entre mente y conciencia, c) la correspondencia de la finalidad con la utilidad adaptativa y, d) la negación de que exista un plano explicativo significativo entre la conciencia y el sistema nervioso, tal como el que proponen, por ejemplo, los psicoanalistas o los psicólogos actuales de tendencia cognitiva”.

Pero toda teoría tiene en sus inicios un aparato conceptual definido, para así pasar a proposiciones lógicas que faciliten el procesamiento de información que resultará en conocimiento. Esto mismo pasa en *Principios de Psicología* (1890); James apertura la obra de-

finiendo qué es lo que entiende por psicología:

“La Psicología es la ciencia de la Vida Mental, tanto en sus fenómenos como en sus condiciones. Los fenómenos son del tipo de aquello que llamamos sentimientos, deseos, cogniciones, razonamientos, decisiones y cosas por el estilo” (p. 15). Considerando lo anterior, a James le interesaba, sobre todo, explicar exponiendo cuál es el papel que juega la mente en relación con la interacción creada con el ambiente, es decir, la relación “adentro-afuera”.

A partir de esta primera intención, James se interesó por responder algunas preguntas: ¿Cómo organiza la mente los factores que provienen del exterior, llámense estos estímulos ambientales o de interacción? ¿Las ideas que cognitivamente se entrelazan en la mente son solo el reflejo de los fenómenos? ¿Es el individuo un receptáculo que tiene como adeudo organizar estímulos ambientales o por lo contrario tiende a acrecentar su autonomía pragmática a partir de sus características biológicas? Son las respuestas a estas preguntas las que James aprovecha para limitar los alcances del funcionalismo en la psicología, recurriendo en repetidas ocasiones a las ventajas otorgadas por la fisiología. En suma, la invitación de James es a considerar la adaptación de los procesos internos en relación a procesos externos. Pero no todo en la mente es dado por la resultante fisiológica-orgánica, y no todo lo que en la mente se produce es debido a variables provenientes del exterior. En-

contrar el equilibrio entre ambas es la tarea argumentativa que en *Principios de Psicología* podemos encontrar.

La mente que teoriza James es proactiva, ya que no está inútilmente atada a las reacciones puramente orgánicas, pero tampoco es lacaya del medio. ¿Cómo es la mente en relación a algo interno/externo? La mente es un sistema funcional que elige equilibradamente cuando ésta “maneja adecuadamente” las exigencias del medio y las propias de su organismo. Con esto, la mente valora qué puede ser o no provechoso en cuanto a uso y ejecución de tareas para, quizás, “ahorrar energía”.

De nueva cuenta, tomemos otra señal en este trayecto para asimilar la postura de James: ¿cuál es la función vital que la mente quiere/debe cumplir? Posiblemente, dicha función es ejecutada con el propósito de adaptación biológica para conservar energía. Esta respuesta la ensayamos a partir de la definición de psicología que aparece en el inicio de *Principios de Psicología*. Analizar, comprender, explicar y describir estos fenómenos serán la tarea de la psicología en el proceso de maduración como disciplina, por su puesto desde una visión norteamericana. He aquí su razón de ser. En esa búsqueda científica por el conocimiento James propone la que podría ser la función vital de la mente. Comprender el “lenguaje con el que nos habla” la vida mental es parte de un ejercicio inacabado que presenta oportunidades para futuras discusiones en las disciplinas cercanas al comportamiento

a partir de la obra seminal de James.

Este argumento entonces cumple su propósito: mostrar que no hay una respuesta última para la pregunta sobre la función vital de la mente. Hemos entendido, hasta el momento presente, algunas de las funciones de la vida mental, sus relaciones con otras disciplinas e inclusive ya hemos comprendido, aunque muy sucintamente, la línea a veces imperceptible entre el lenguaje de la mente y de la fisiología, contribuyendo de esta manera a la creación de un nuevo camino entre ambas disciplinas.

Por esta última razón, James recorre una brecha de correspondencia puramente fisiológica, porque es en ese terreno que encuentra fertilidad para cultivar las semillas de la psicología cognitiva, para que esta madure a tal punto en que pueda sostenerse sin el aliento permanente que le ofrece la fisiología y la biología; aunque no podrá negar nunca la relevancia de ambas nodrizas. Hay que reafirmar que James sostenía que “en la psicología deberá presuponerse o incluirse una buena dosis de fisiología del cerebro” (p. 7), con esto desvelaba sus inclinaciones, pero al mismo tiempo intentaba un balance entre los aspectos mentales y sus correspondencias cerebrales.

En consonancia con lo anterior, algunos estudiosos de la obra de James han interpretado que son los hábitos y los instintos las manifestaciones que se encuentran en la línea media entre la mente y los reflejos, entre el interior y el exterior, entre las funciones y la

estructura:

“son los correlatos funcionales de una estructura” (Riviere, 1990, pág. 117).

Los hábitos están compuestos por actos reflejo, concepto proveniente de la fisiología, pero también contienen componentes mentales. Tanto peso tuvo la fisiología en la postura de James que él mismo reconoció que habría que concebir a la médula espinal como una “máquina con unos pocos reflejos” (p. 17), advertimos que el autor utilizó el sarcasmo para criticar posturas puramente organicistas que intentan explicar la vida mental y el comportamiento humano. Sin embargo, esta explicación causal de la materia del sistema nervioso y sus actividades (incluidas aquellas que se han denominado como “superiores”), no es suficiente para postular algunos principios que respondan al porqué existe una manifestación denominada conciencia. Y esta última falencia la aprovechó James de manera excepcional para intentar explicar el papel que juega la conciencia en el comportamiento y en la vida mental.

Para los interesados en el tema de los hábitos, en el capítulo IV de *Principios de Psicología* James estableció algunas ideas y definiciones puntuales: los seres humanos son un manajo de hábitos. Los hábitos son una rutina usual de conducta diaria resultado de la educación. Los hábitos a los cuales hay una tendencia innata se llaman instintos. Las leyes Naturales no son más que hábitos inmutables que los diferentes tipos elementales de mate-

ria siguen en sus acciones y reacciones recíprocas. Este podría ser material para desarrollar proyectos de investigación en el campo de la psicofisiología.

Como en todos los caminos que recorremos hay variación en el terreno. El caso de esta obra no es la excepción, pero además, el autor nos proporciona algunas ideas que nos sirven a manera de puentes para superar algunos accidentes del terreno teórico analítico sobre la conducta humana. Por ejemplo, cuál es la conexión que aprendemos a partir de esta lectura entre la mente y el cuerpo. La conciencia fue uno de los temas de mayor interés para James, pero se encontraba ante un reto inestimablemente complicado: abordar el fenómeno de la conciencia y de la vida mental desde un correlato cerebralista funcional.

La conciencia es definida por James como un proceso de una “agencia selectiva”. Entonces, la pregunta que en automático se deriva de esta escueta definición es: ¿qué es lo que la agencia selecciona?, ¿dicha selección tiene un fin específico? La selección que realiza “la agencia” (conciencia) de una sola vía, entre tantas, de un solo objeto, entre tantos, de una posición, entre tantas, está sujeta a los fines de cada individuo, pero también de los fines supeditados a las interacciones. Esta selección, según se ha visto, se sujeta a los resultados previos de la experiencia (adaptación). Para aclarar lo anterior sirva de ejemplo lo siguiente:

“ayer me acontece un hecho y hoy elijo no proceder de la misma manera que ayer, esto con arreglo a un fin determinado: evito transitar por la misma experiencia posiblemente aversiva; o, todo lo contrario, repito mi comportamiento en función de una recompensa satisfactoria”.

Lo que James intenta comunicarnos, con lo que él interpreta como el procedimiento de la conciencia (agencia selectiva con arreglo a fines e intereses a partir de la flexibilidad adquirida por la experiencia), es la manera en que dicha agencia se compone, por un lado, y por el otro es la forma en que la agencia funciona: en pocas palabras, clasifica a la conciencia entre componentes y procedimientos. Riviere (1990) aporta a la discusión con la definición de conciencia humana entendida como “un órgano mental que ejerce su función selectiva precisamente gracias a que es capaz de explicitarse sus propios fines” (p. 119). Un proceso extraordinario en el camino de la comprensión y la explicación de la vida mental y la cognición humana.

Para sorpresa de propios y extraños, James define la conciencia, primero tomando impulso desde la crítica y después se decanta hacia su objetivo descriptivo: “La concepción de la conciencia como una forma del ser puramente cognitiva -dice James- que es la forma preferida de verla en muchas escuelas idealistas de pensamiento, tanto antiguas como modernas, es cabalmente anti psicológica... Toda conciencia realmente existente se presenta a

sí misma como una lucha en favor de unos fines, muchos de los cuales no serían tales fines si no fuera por su presencia. Sus poderes cognitivos están sobre todo al servicio de esos fines” (p. 144). Los fines que la agencia selectiva persigue se traducen en posibilidades y es por ello que la conciencia requiere de todo un aparato funcional -cognitivamente hablando- que le permita acercarse a certezas, no obstante, el alcance de certezas en la mayor parte de la vida mental, es prácticamente inviable, dada la contingencia propia de la vida natural, la vida humana y la interacción con lo que ahora conocemos como sociedad.

Con este primer acercamiento a la definición de conciencia surgen otros rodeos que en forma de preguntas aluden a ¿Cuándo se hace presente la conciencia en el individuo? ¿Cómo nos “concientizamos” de nuestra propia conciencia? ¿La conciencia tiene características similares a otras entidades o manifestaciones de la vida mental? ¿Es la cognición una parte de la conciencia o es la cognición el reflejo entero de la conciencia? Vayamos por partes, la conciencia solo se hace a sí misma cuando el sujeto se encuentra en un estado meditativo, pero no en el sentido de una meditación profunda como es la posible imagen que se cristaliza cuando pensamos en prácticas cercanas al budismo o al yoga. Más bien, aquí se hace alusión a que la actividad de la conciencia se hace presente cuando se encuentra desarrollando tareas automatizadas. En el momento en que James planteaba sus argumentos, y hasta el momento en que escri-

bimos estas líneas, no tenemos certeza para responder qué es la conciencia, si es un montaje externo al sistema nervioso que sirve como auxilio para “ordenar” el sistema complejo, o si es una sustancia orgánica, o si es una manifestación espiritual.

Lo que quizás si se puede argumentar es que el fenómeno de la conciencia puede ser el resultado de la actividad cerebral en la que participan elementos de la química y, por supuesto, que hacen patentes la forma de pensar de James: como una psicofisiología funcional de la vida mental. James dirá que la conciencia es un fenómeno. De cualquier manera, cabe decir que James estaba particularmente señalando que “la mente que el psicólogo estudia es la mente de individuos diferenciados que habitan en porciones definidas en un espacio y un tiempo reales” (James, 1989, p. 183). No obstante, “la vida psíquica no está compuesta por una multiplicidad de elementos que deben ser unidos, no es un mosaico de sensaciones yuxtapuestas, sino, desde el comienzo, una unidad de cogitaciones continuamente fluyentes” (Schutz, 1941, pág. 444).

Fierro (2013) alude que **“La conciencia es fenoménica: los objetos son en ella como se muestran, y los sentidos que proveen experiencia son aproximaciones inmediatas a los objetos del mundo”** (p. 100). La obra de William James, a pesar de sus muchos aciertos, no está libre de críticas. Uno de los puntos más cuestionados es su intento de explicar la vida mental únicamente en términos fisiológi-

co-funcionales. Pero incluso cuando James se adentra en la explicación de la conciencia como fenómeno, hay interrupciones que se acercan peligrosamente a lo que él mismo criticaba: explicaciones inacabadas, agujeros negros en el discurso.

A pesar de todo, James utilizó la fisiología como un perro guía que le permitió transitar con seguridad por el terreno accidentado y oscuro del tema de la conciencia. Con maestría, evitó caer en maromas psicologistas que solo hubieran desorientado y perdido al lector en un laberinto inextricable.

Reflexiones finales sobre los aportes de James al público en general

El aporte de *Principios de Psicología* a las personas no especializadas radica en que podrán deleitarse en un conjunto de definiciones que, en otras obras, resultan rebuscadas y espesas. Quizá algunos criticarán que esta discusión está fuera de tiempo, que James y su funcionalismo están al borde de la extinción en la psicología actual. Hay un poco de cierto en esta acusación; sin embargo, es necesario que acudamos a conocer las ideas que le han dado a la psicología actual sus bases, fundamentos y un camino a seguir. Porque ¿qué sería del presente si desistiéramos en reconocer el pasado? ¿qué sería de la psicología y las ciencias del comportamiento si archiváramos de una vez y por todas las obras de James, Freud, Klein, Vigotsky y otros? Podríamos hacerlo, pero quizá los resultados no serían tan provechosos. En este

sentido, uno de los aportes más notables de la obra de James es su enfoque empírico y experimental, basado en la observación cuidadosa y sistemática de la conducta humana. Vale destacar la perspectiva pragmática que adopta James, enfatizando la importancia de la experiencia práctica y la utilidad de la teoría. En fin, la psicología debe ser relevante para la vida cotidiana de las personas y debe ayudar a resolver problemas de manera efectiva según lo que James consideraba.

Podemos decir que lo que hoy conocemos entre la mente y el cuerpo, fue lo que llevó a pensadores como James a reconocer la irrefutable unión entre la filosofía y la fisiología. Recordemos que una de las premisas por las cuales surgieron los experimentos en fisiología fueron para explicar la manera en que se formaba la actividad mental, la cual, según expertos como Wundt, Fechner o Helmholtz, es el resultado de los estímulos del mundo exterior los cuales producían impulsos nerviosos que a su vez iniciaban la actividad cerebral. De esto surgió entonces el término conciencia.

Por otro lado, en cuanto a la relación entre la postura de Titchener y James y sus conceptos de mente, cada uno realiza un aporte sustancial: el primero intenta relacionar, desde una herencia wundtiana, a la mente y el sistema nervioso. Aunque ambos coinciden en que la Psicología es la Ciencia de la Mente (Titchener, 195 en *Begginner's Psychology*) "La mente de la cual trata la psicología debe ser

una que sea descriptible en términos de hechos observados" (citado en Keller 2005 p. 70). El punto de encuentro entre ambos autores es que la mente no debe ser concebida como un "ente" (manifestación) inmaterial localizada quizás en una parte del cerebro o dentro del cráneo. Sin embargo, cuando exploramos un poco más las ideas de introspección que propuso James y que después retomaron algunos de sus acólitos como Harvey Carr, encontramos más críticas que soluciones al problema de la mente.

¿Con qué métodos estaba acostumbrado a trabajar James? con la experimentación y con una herramienta que hasta el momento no era relevante como la introspección, éste último procedimiento lo llevó a proponer un tercer camino:

"aquel que se basa más bien en la observación natural y la comparación (el método comparado), y que resulta especialmente útil para los campos de la psicología infantil, la psicología animal y la psicopatología"

(Riviere, 1990, p. 128).

Su metodología insistía en que la actividad mental no es un proceso meramente físico, sino acontecimientos que involucran lo físico y lo psíquico. Es precisamente este tipo de afirmación que colocan el pensamiento de James como un funcionalista.

James intentó responder la pregunta ¿para qué es la mente? en lugar de la pregunta ¿qué es la mente? Por ello gestionó un ca-

mino específico en su propuesta teórica y de investigación: 1) ¿Cuál es el proceso que se lleva a cabo en la actividad mental?; 2) ¿Cuáles son las causas de la actividad mental? y; 3) ¿Qué resulta de la actividad mental?

Posiblemente, dada la agilidad mental de James, ya veía la “amenaza” de la “antroponomía” (alusión al conductismo) que solo se podría ver a sí misma como una rama experimental y puramente objetiva de las ciencias naturales. Porque, precisamente, esta postura estaba en contra de lo que James estudiaba sobre la conciencia e inclusive la mente, que, para la futura disciplina conductista, al estilo de Watson, la cual criticaba que los estados de la conciencia eran meramente fenómenos de espiritualismo, dada su nula apreciación objetiva experimental y la crítica de su escasa producción de datos verificables, por lo tanto, carentes de estructura científica. También podría decirse desde Watson hacia James que su método tenía visos de esoterismo dada la carencia de condiciones experimentales adecuadas según los parámetros de la ciencia natural experimental.

Con los aportes de James en la transición del siglo XIX al XX, la psicología como ciencia y como disciplina independiente ya mostraba una estructura más sólida. Describir el contenido de la mente y la producción de la actividad mental, a pesar de las críticas desde una psicología de corte experimental, como un infinito de combinaciones posibles fue parte del avance de la psicología desde la visión de Ja-

mes como un investigador de la mente y la conciencia.

A través de este camino recorrido: ¿Qué hemos aprendido con una obra como *Principios de Psicología*? ¿Qué aportes han hecho autores como James para que reconozcamos la maravillosa complejidad de la actividad mental humana? ¿Cómo han sobrevivido a lo largo de los años ideas y definiciones como las de conciencia, mente, hábitos, entre otras?

James encaró los desafíos de su tiempo y he aquí un pequeño registro de lo que podemos hacer cuando nos disponemos a sondear las profundidades de la mente humana.

Caribdis, al igual que todos ustedes, ha abierto el libro *Principios de Psicología* y decide hacer un recorrido por los recovecos de lo que hasta el día de hoy conocemos acerca de la mente humana ¿hasta dónde podrá llegar? Eso quizá nunca lo conoceremos, pero sí sabemos por dónde ha empezado.

Referencias

- James W. (1989) *Principios de Psicología*. Fondo de Cultura Económica. México.
- Fierro, C. (2013). Principios: la relevancia de William James en la enseñanza de la historia de la psicología. *Eureka*, 10(1):96-104. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2220-90262013000100011
- Riviere, A. (1990). Mente y conciencia en «los Principios de Psicología»: un diálogo con James cien años después. *Psicothema*. 2 (1), 111-133. <https://www.psicothema.com/pii?pii=648>
- Schutz, A. (1941). William James' Concept of the stream of Thought Phenomenologically Interpreted. *Philosophy and Phenomenological Research*, 15 (4), 442- 452. <https://doi.org/10.2307/2103145>
- Watson, J. (1914). Psychology as the Behaviorist Views It. *Psychological Review*, 20, 158-177. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Watson/views.htm>
- Keller, Fred. (1992). *La definición de Psicología*. México DF: Trillas.

Autores:

Dr. Alfredo Sánchez Carballo

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Miembro del grupo disciplinar (UAT-GD-142) Sociedad, Familia y Salud GDI

alfredo.sanchez@uat.edu.mx

Lic. Rosa Isela Reyes González

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

LOS CABELLOS DE LAS MUJERES SON MÁS LARGOS, PERO EL PENSAMIENTO ES MÁS CORTO. LA CONTROVERSIA SOBRE LA COMUNIDAD DE LAS IDEAS: JASTROW Y MARY WITHON CALKINS

Autor: Ennio Héctor Carro Pérez

Caribdis, entusiasmada en la tarea de entender el comportamiento de estos seres auto-denominados humanos a través de la lectura, encontró en los anaqueles altos de la biblioteca, apretados entre los libros, cuatro grupos de papeles con dobleces en sus esquinas y algunas manchas amarillas. Los separó y leyó los encabezados de cada uno, en el primero se leía *A study in mental statistics*, por Joseph Jastrow, fecha 1891; en el segundo, *Dr. Jastrow on community of ideas of men and women*, por Cordelia C. Nevers y Mary W. Calkins, con la misma fecha del primero; en el tercero *Community of ideas of men and women*, por Joseph Jastrow, fecha 1895; y el último, *Community of ideas of men and women*, por Mary Whiton Calkins, fecha 1896, todos ellos publicados en el *Psychological Review*.

Dedicó cuatro noches enteras a leerlos, portando una pequeña tea y un vasito de leche. A través de ellos se enteró qué en el siglo XIX, los humanos consideraban que sus machos y hembras eran distintas, y no es que le hubiera pasado inadvertidas las diferencias

morfológicas visibles entre ellos, solo un ciego las negaría, incluso ella era diferente a los machos de su especie, su bonito marsupio lo probaba. Lo sorprendente para ella fue descubrir que las supuestas diferencias eran de índole cognitivo, en el pensamiento, se creía que los machos humanos eran superiores a las hembras humanas, ¡vaya cosa!, pensó.



Los inicios de la ciencia del comportamiento.

Para ayudar a Caribdis a entender un poco más estas ideas, démosle una nota histórica. Tradicionalmente, a menos que los estudiosos de la historia de la psicología encuentren diferente evidencia, los inicios de esta ciencia del comportamiento se ubican con la fundación del primer laboratorio de psicología experimental, en la ciudad de Leipzig, Alemania, en el año de 1879, por Wilhelm Wundt (Hothersall, 2004). En este laboratorio se inició el estudio del comportamiento humano bajo la premisa de que el pensamiento se encontraba organizado como una estructura química, donde las imágenes, recuerdos, e ideas se encuentran enlazados a manera de moléculas, estas concepciones dieron el nombre de *estructuralismo* a esta corriente. Al mismo tiempo que se obtenía evidencia sobre la estructura del pensamiento, a través de métodos como la *introspección*, se estudiaban tiempos de reacción y umbrales de percepción de estímulos, campo que se conoció como *psicofísica*.

Con Wundt, se formaron algunos de los primeros psicólogos, que después empezaron a trasladarse a otras regiones del mundo, entre ellas Estados Unidos de América, uno de estos psicólogos fue Stanley Hall, quien funda un laboratorio de psicología en Johns Hopkins, el cual se considera uno de los primeros en Estados Unidos (Winkler, Pasmanik, Wolff, Reyes y Vargas, 2007), y Edward Titchener que emigró a la Universidad de Cornell, y de

igual manera, establece un laboratorio de psicología, descrito en un trabajo publicado en 1898 en la revista *Mind* (Titchener, 1898).

Sí bien, algunos de los estudiosos del comportamiento humano más destacados de finales del siglo XIX pasaron una estancia con Wundt, esto no ayudó a que su corriente teórica, el *estructuralismo*, tuviera el mismo impacto en Estados Unidos que en Europa, país donde el enfoque de James, el *funcionalismo*, tuvo mayor influencia, casos notables de esto fueron la Universidad de Harvard, y la Universidad de Chicago, donde John Dewey tuvo un alumno llamado Watson, fundador del *conductismo* (Marx y Hillix, 1991).

El *funcionalismo* era más congruente para el contexto político, económico y social estadounidense de finales del siglo XIX y principios del XX, que el *estructuralismo*. El *funcionalismo* resaltaba el valor adaptativo del comportamiento en tanto útil o funcional, así, las conductas funcionales eran útiles porque permitían al organismo adaptarse a su medio y sobrevivir (Brennan, 1999). De esto, se podía deducir que los humanos con un mayor repertorio de conducta funcional deberían sobresalir respecto de aquellos con repertorios más limitados y con problemas para adaptarse, en consecuencia, estos últimos sufrirían exclusión social u ocuparían lugares inferiores en las distintas áreas del quehacer humano.

Lo anterior, en un escenario como el académico y científico donde el sexo masculino era el prevalente, derivó en que las mujeres

no tuvieran las mismas oportunidades formativas que sus pares masculinos, por ejemplo, eran escasas las universidades que las doctoraban y formaban en los cursos regulares. Una de las soluciones que encontraron algunas escuelas para no perder prestigio, fue desarrollar anexos especiales para las mujeres llamados *Colleges*. Otra opción, fueron las instituciones femeninas como el Wellesley College o el Vassar College, donde varias mujeres comenzaron a obtener títulos universitarios. (García, 2005).

Parte de lo que justificaba este tipo de condición en el ámbito académico, fue la creencia de que las mujeres se distinguían de los hombres, no solo en la morfología, sino en otros aspectos no estrictamente físicos sino psicológicos, como el pensamiento, la inteligencia, motivaciones, aptitudes, entre otros, que eran vistos propios del sexo y no moldeados por las determinaciones culturales de los grupos sociales. Este tipo de creencias fueron desafiadas por mujeres que fueron excluidas y resistieron en los *colleges* y universidades como la de Cornell o Harvard, entre ellas destacan Christine Ladd-Franklin, Margaret Washburn, Leta S. Hollingworth, Helen Bradford Thompson y Mary Whiton Calkins (García, 2005).

La controversia Jastrow-Calkins: la comunidad de las ideas entre los sexos.

Teniendo en cuenta el contexto académico de finales del siglo XIX, a Caribdis no le debe extrañar que, en la novel ciencia psicológica, surgieran estudios orientados a probar las di-

ferencias psicológicas entre los sexos.

Las tesis funcionalistas y evolutivas orientadas a justificar las diferencias entre hombres y mujeres fueron defendidas y estudiadas por psicólogos como Joseph Jastrow (1891), de la Universidad de Wisconsin, quien realizó un estudio con el fin de demostrar que los hombres, o machos humanos como Caribdis los llamaba, eran psicológicamente distintos a las mujeres. Para ello, solicitó a estudiantes de la Universidad de Wisconsin, veinticinco hombres y veinticinco mujeres, que enunciaran y escribieran 100 palabras, posterior a esto clasificó las palabras escritas, encontrando que las mujeres mencionaban palabras sobre aspectos domésticos, belleza o tópicos específicamente femeninos, mientras que las palabras de los hombres se relacionaban con áreas relativas a la ciencia, matemáticas o construcción. Además de esto, observó que los hombres mencionaron una cantidad más grande de palabras únicas o no repetidas que las mujeres, lo que le llevó a suponer que mostraban una mayor diversidad de respuestas a las exigencias ambientales, lo que podría indicar un mayor éxito adaptativo, algo que se suponía en ese tiempo, solo era propio de especies superiores.

En este contexto, una profesora de la institución para mujeres Wellesley College, Mary Whiton Calkins, al leer el texto del Dr. Jastrow, junto con una de sus alumnas, Cordelia Nevers, decidió replicarlo considerando muestras similares a las empleadas en el estudio en la

Universidad de Wisconsin. Los resultados obtenidos por Calkins y Nevers contradijeron los encontrados por Jastrow, llegando a conclusiones que explicaban las diferencias observadas entre los sexos, como producto de los patrones culturales a los que estaban expuestos más que factores de carácter anatómico o fisiológico, con ello, se ofrecía evidencia del papel sustancial de lo social como elemento diferencial en los aspectos psicológicos de hombres y mujeres (Nevers y Calkins, 1895) (Ver Figura 1).

Figura 1. Resultados obtenidos por Jastrow y, Nevers y Calkins.

	Men of Wis. Uni.	Women of Wis. Uni.	Women of Wellesley.
1. Animal kingdom, - - -	254	178	223
2. Wearing apparel and fabrics, - -	129	224	96
3. Proper names, - - -	194	153	141
4. Verbs, - - - -	197	134	114
5. Implements and utensils, - -	169	121	132
6. Interior furnishings, - - -	89	190	84
7. Adjectives, - - - -	177	102	234
8. Foods, - - - -	53	179	56
9. Vegetable kingdom, - - -	121	110	91
10. Abstract terms, - - - -	131	97	280
11. Buildings and building materials, -	105	117	106
12. Parts of body, - - - -	101	105	34
13. Miscellaneous, - - - -	91	99	162
14. Geographical words, - - -	97	80	142
15. Mineral kingdom, - - - -	74	96	54
16. Meteorological and astronomical, -	85	76	26
17. Stationery, - - - -	60	89	26
18. Occupations and callings, - -	71	47	33
19. Conveyances, - - - -	62	52	79
20. Educational, - - - -	34	76	167
21. Other parts of speech, - - -	96	5	41
22. Arts, - - - -	33	61	44
23. Amusements, - - - -	30	53	102
24. Mercantile terms, - - - -	30	29	15
25. Kinship, - - - -	117	32	18
	<u>2500</u>	<u>2500</u>	<u>2500</u>

Tomada de: Nevers, C. C. & Calkins, M. W. (1895). Dr. Jastrow on community of ideas of men and women. *Psychological Review*, 2, 363-367.

En la tabla (Figura 1), se puede apreciar qué en el caso de las mujeres, la cantidad de palabras contenidas en las clasificaciones varían en el estudio de Jastrow y en el de Nevers y Calkins, así mismo, en este último estudio se aprecia que el patrón de respuestas de las mujeres de Wellesley es muy parecido al de los hombres de la Universidad de Wisconsin, coincidiendo en las categorías e inclusive superando la cantidad de palabras donde estos tenían primacía.

Este par de estudios no fueron concluyentes, el Dr. Jastrow, en 1896, publicó una crítica al trabajo realizado en el Wellesley College, desestimando los resultados obtenidos por fallas en la replicación del método por parte de Nevers y Calkins, lo que volvía incomparables los resultados de ambos estudios. Las principales fallas, de acuerdo con Jastrow, se relacionaban con el tamaño de la muestra y las condiciones establecidas en la realización de la tarea y la recolección de datos. Lo anterior se observa en el siguiente extracto:

“.....pero antes de leer mucho en el informe de los experimentos, mi placer se transformó en pesar al encontrar que el método de experimentación y de cálculo se había desviado en puntos esenciales. No me extrañó, por tanto, que los resultados alcanzados fueran en parte diferentes de los publicados por mí. Sin embargo, creo que se puede demostrar fácilmente que los resultados de Wellesley no tienden a invalidar de manera seria los obte-

nidos con los estudiantes de Wisconsin; y que, por un lado, en el informe de Wellesley se exagera la contradicción entre los dos, y por el otro, las reflexiones hechas sobre los resultados alcanzados por tales métodos estadísticos en Wisconsin o en otros lugares son injustificadas” (Jastrow, 1896, p. 68).

Por su parte, Calkins, en ese mismo año, resolvió replicar nuevamente el estudio, considerando las observaciones de Jastrow, siguiendo con mayor precisión la metodología descrita por este último. En este punto, la tlaquachita Caribdis estaba extasiada, más allá de las ideas que se tenían respecto a los sexos a finales del siglo XIX, le entusiasmaba el intercambio académico o conflicto científico que se había establecido entre Jastrow, Calkins y Nevers, era digno de ponerse de ejemplo, le recordaba de alguna manera a lo que un astrónomo en el siglo XX, llamado Carl Sagan, había escrito al respecto en un texto llamado *La Carga del Escepticismo* (Sagan, 1987), documento que se había encontrado sobre la mesa del comedor y leído en cuatro noches, ya que en ese tiempo apenas empezaba a leer, y su avance se veía frenado a cada nueva palabra que tenía que buscar en un libro grueso llamado *Diccionario*.

Después de esta breve reflexión, Caribdis continuó la lectura. Calkins (1896), incrementó el tamaño de la muestra, y la ejecución de la tarea, con ello obtuvo los siguientes, resultados (Ver Figura 2)

Figura 2. Resultados obtenidos por Calkins en el estudio de 1896.

TABLE OF DIFFERENT WORDS.

	Men of Wis. Univ.	Women of Wis. Univ.	1896. Women of Wellesley.	1894. Women of Wellesley.
1. Animal Kingdom,	254	178	146	223
2. Wearing Apparel and Fabrics,	129	224	97	90
3. Proper Names,	194	153	81	141
4. Verbs,	197	134	279	114
5. Implements and Utensils,	169	121	139	132
6. Interior Furnishings,	89	190	212	84
7. Adjectives,	177	102	300	234
8. Foods,	53	179	88	56
9. Vegetable Kingdom,	121	110	101	91
10. Abstract Terms,	131	97	101	280
11. Buildings and Building Materials,	105	117	86	106
12. Parts of Body,	101	105	66	34
13. Miscellaneous,	91	97	123	162
14. Geographical and Landscape Features,	97	80	70	142
15. Mineral Kingdom,	74	96	30	54
16. Meteorological and Astronomical,	85	76	109	26
17. Stationery,	60	86	69	26
18. Occupations and Callings,	71	47	24	33
19. Conveyances,	62	52	19	79
20. Educational,	34	76	102	167
21. Other Parts of Speech,	96	5	164	41
22. Arts,	33	61	17	44
23. Amusements,	30	53	17	102
24. Mercantile Terms,	30	29	18	15
25. Kinship,	17	32	42	18
Total,	2,500	2,500	2,500	2,500

Tomada de: Calkins, M. W. (1896). Community of ideas of men and women. *Psychological Review*, 3, 426-430.

Los resultados, no confirmaron la tesis de Jastrow, más bien, fue una confirmación de lo que ya Calkins y Nevers, habían encontrado, de tal manera, las conclusiones no fueron distintas:

“Ciertamente, un estudio estadístico, si está suficientemente extendido, puede establecer diferencias características entre los intereses de varones o mujeres, y, de hecho, todas las conclusiones del Dr. Jastrow pueden ser interpretadas de esa forma. Sin embargo, Mr. Havelock Ellis y el Dr. Jastrow, con la expe-

sión rasgos mentales masculinos y femeninos, quizás pretenden una distinción entre el intelecto per se masculino y femenino, a mi entender se trata de algo fútil e inviable... Hoy en día las diferencias en la educación y tradición de varones y mujeres comienzan en los meses más tempranos de la infancia y continúan a lo largo de la vida. La mayor parte de las preferencias que han sido encontradas en los dos experimentos, por ejemplo, la preferencia de las mujeres por lo que está relacionado con la casa, son obviamente intereses cultivados" (Calkins, 1896:430).

Como hemos expuesto, las diferencias de inteligencia y de capacidades cognitivas había sido un elemento presente en las hipótesis sobre los sexos imperantes en el siglo XIX, sin embargo, no exclusivas, en el siglo XX e inicios del XXI, aún pueden verse este tipo de manifestaciones, lo evidencia gran parte de las movimientos e iniciativas a favor de los derechos e igualdad de las mujeres en campos de trabajo o desempeño tradicionalmente masculinos.

Caribdis, después de leer los documentos encontrados, se retiró a su madriguera, ya instalada en ella, poco a poco, empezó a dormir, entre un bostezo y otro, un nombre le arrullaba, Mary Calkins, y durmió sus 20 horas reglamentarias, para estar descansada y fresca para abordar las próximas lecturas que en el librero aguardaban.

Referencias.

- Brennan, J. F. (1999). *Historia y sistemas de la psicología* [5ª edición]. México: Prentice Hall.
- Calkins, M. W. (1896). Community of ideas of men and women. *Psychological Review*, 3, 426-430. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Calkins/community.htm>
- García D., S. (2005). *Psicología y feminismo. Historia olvidada de mujeres pioneras en psicología*. Madrid, España: Narcea, S. A. de Ediciones.
- Hothersall, D. (2004). *History of Psychology*. New York, NY: Mc Graw Hill.
- Jastrow, J. (1891). A study in mental statistics. *New Review*, 5, 559-568. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Jastrow/Mental/>
- Jastrow, J. (1896). Community of ideas of men and women. *Psychological Review*, 3, 68-71. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Jastrow/community.htm>
- Marx, M. H. y Hillix, W. A. (1991). *Sistemas y teorías psicológicos contemporáneos*. México: Paidós.
- Nevers, C. C. y Calkins, M. W. (1895). Dr. Jastrow on community of ideas of men and women. *Psychological Review*, 2, 363-367. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Special/Women/nevers.htm>
- Sagan, C. (1987). La carga del escepticismo. *Skeptical Inquirer*. 12. En línea <https://www.um.es/docencia/barzana/FIS/>

Sagan-Carga-escepticismo.html

Titchener, Edward B. (1898). A psychological laboratory. *Mind*, 7, 311-331. En línea <https://psychclassics.yorku.ca/Titchener/lab.htm>

Winkler, M. I., Pasmanik, D., Wolff, X., Reyes, M. I., y Vargas, H. (2007). Ética y género en la obra de pioneros y pioneras de la Psicología en Estados Unidos de Norteamérica y Chile. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 523-535. En línea http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-05342007000300006&lng=en&tlng=es.

Autor:

Ennio Héctor Carro Pérez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Coordinador del Centro de Investigación y Desarrollo Tecnológico Aplicado al Comportamiento (CIDETAC)

ennio_carro@yahoo.com



VIDA COTIDIANA Y CONSTRUCCIÓN DE LA REALIDAD: APORTACIONES SOCIOPSICOLÓGICAS DE PETER L. BERGER Y THOMAS LUCKMANN

Autora: Aileen Azucena Salazar Jasso

Hola Caribdis, veo que has llegado aquí después de platicar con otros compañeros del estante. Si te detuviste en nuestro libro “La construcción social de la realidad” (1986) es porque algo quieres saber sobre nosotros y de lo que hemos escrito aquí. Te parece si antes de responder tus preguntas te cuento quiénes somos y cómo es que llegamos a escribir este libro.

Yo soy Peter Ludwig Berger y nací el 17 de marzo de 1929 en Viena, Austria, pero después de la Segunda Guerra Mundial migré a los Estados Unidos de América donde realicé mis estudios. Se me ha conocido como sociólogo y teólogo, y fui profesor en la *Universidad de Boston* y director del *Instituto de Cultura, Religión y Asuntos Mundiales*.

También me gustaría contarte de Thomas Luckmann, que también aportó ideas para este libro que tienes ahora en tus manos. Thomas nació el 14 de octubre de 1927 en Jesenice, Eslovenia y, al igual que yo, después de la Segunda Guerra Mundial migró a Austria, donde estudió en la Universidad de Viena y la

Universidad de Innsbruck. Posteriormente, se trasladó a los Estados Unidos de América para continuar sus estudios. Thomas se involucró en el estudio de la sociología de la comunicación, del conocimiento y de la religión, así como la filosofía de la ciencia.

Después de un tiempo de dedicación al estudio de las ciencias sociales, en 1962 Thomas y yo nos unimos para escribir este libro que se publicó en 1966. Con estos textos intentábamos responder uno de los cuestionamientos más antiguos de la humanidad: ¿qué es lo real y cómo lo conocemos? Una pregunta que hasta entonces habían intentado responderse los filósofos, pero que era necesario reflexionar también desde la sociología. Para nosotros fue necesario colocar especial atención en las interacciones sociales de la vida cotidiana para comprender cómo es que las personas, los objetos y las experiencias, individuales y grupales, contribuyen a que constituamos mundos que sean comprensibles para nosotros, de manera que dicha comprensión nos permita conducirnos en nuestros en-

tornos cotidianos.

Thomas y yo buscamos explicar cómo se construye la realidad no solo desde las explicaciones de la ciencia, sino que consideramos importante comprender cómo se produce y reproduce esta realidad desde las interacciones de las personas comunes. Nuestra forma de estudiar la realidad nos hizo acercarnos más al mundo que crea el *hombre de calle*, así le denominamos a todas las personas que son habitantes de este planeta y que, aunque no se dediquen a hacer investigación científica, forman parte de los procesos sociales que orientan lo que hacemos en lo individual y que también construyen realidad.



Pero no nos quedamos solo en esto, también intentamos comprender cómo nuestro comportamiento individual influye en las prácticas sociales en las que participamos.

Esto dio pie a que Thomas y yo uniéramos el conocimiento de la sociología y de la psicología para intentar comprender cómo significamos el entorno en el que vivimos a partir de instituciones, hábitos, interacciones sociales, símbolos, y cómo dichos significados permiten que sostengamos socialmente tradiciones y costumbres que son los que delinear nuestra vida cotidiana. Se nos ha identificado como constructivistas sociales, ya que consideramos que el mundo que habitamos no está determinado solo por las estructuras sociales preestablecidas, ni es inamovible, sino que cada uno de nosotros influye en los espacios sociales y sus prácticas para generar cambios sociales, sean estos intencionales o no. A su vez, dichas estructuras influyen en nosotros para interiorizar creencias, prácticas, estados de ánimo, actitudes, entre otros aspectos que nos hacen adaptarnos socialmente. También se nos considera constructivistas sociales porque consideramos que las acciones humanas están mediadas por significados que construimos socialmente. Los autores que leímos y que nos influyeron para adoptar esta perspectiva fueron principalmente Alfred Schutz y Edmund Husserl con la fenomenología, la rama de la filosofía que coloca en el centro las experiencias mediadas por el lenguaje, para comprender cómo entendemos el mundo y, por lo tanto, cómo nos comportamos dentro de él.

La influencia de Schutz y Husserl nos hizo crear un puente de análisis con la psicología, pues fue así como consideramos a los procesos psicológicos como parte elemental en las acciones sociales. Leer al psicólogo George Herbert Mead y su mirada del interaccionismo simbólico, nos ayudó a entender los procesos psicológicos en la conformación de significados sociales, ya que Mead comprende las acciones sociales como resultado de la mediación de símbolos y significados que vamos entretejiendo a través del lenguaje, y que nos hacen actuar de cierta manera. Otros de los autores que leímos para poder elaborar este libro fueron Karl Marx, Friederic Nietzsche, Wilhelm Dilthey, Karl Mannheim, entre muchos otros.

El libro que tienes en tus manos intenta que interesadas como tú analicen más su vida cotidiana con base en principios de la teoría sociopsicológica, para que reflexionen sobre cómo construimos realidades que guían nuestros comportamientos y nuestras prácticas sociales. Además de aproximarlos a algunas aportaciones de las ciencias sociales en la explicación del comportamiento humano.

La vida cotidiana: una realidad que nos acompaña siempre pero que poco nos detenemos a pensar.

Caribdis, veo que al ver el título del libro te hiciste la pregunta ¿cómo se construye la realidad y si esta es construida socialmente? Esto lo vamos a responder, pero vamos por partes.

Primero te cuento que, además de esa pregunta, Thomas y yo también nos hicimos algunas más como ¿qué es la realidad? ¿construimos la realidad o está determinada por algo o alguien? ¿cómo conocemos lo que conocemos? ¿cómo vivimos sin tener que llevar diariamente libros en la mochila para buscar en el diccionario cada palabra que escuchamos? Aunque nosotros fuimos sociólogos que nos gustaba reflexionar sobre el mundo para entenderlo un poco más, no nos conformábamos con mirarlo desde las teorías sociológicas, sino que nos gustaba ayudarnos de otras disciplinas como la psicología, la antropología, la filosofía o la política, para que nuestros análisis fueran más completos e interesantes.

Pensar en la “realidad”, esa palabra tan escuchada pero que poco nos detenemos a pensar cómo llegamos a ella, es el interés de esta parada en el estante. Nuestra intención aquí es entender cómo se forma el conocimiento que guía el comportamiento de las personas en su vida diaria, es decir, comprender cómo se da la realidad de la vida cotidiana. Hasta antes de escribir este libro, quienes se habían interesado en esta cuestión eran los filósofos, pero ellos buscaban descifrar qué es lo real y cómo se conoce, mientras que nosotros como sociólogos lo que nos interesaba entender era al *hombre de la calle* y cómo constituye su realidad, ya que vive en un mundo que para él es real y sabe que este mundo posee tales o cuales características.

El sociólogo tiene un interés intermedio entre el sentido común y el conocimiento científico, procura indagar las diferencias entre unas realidades y otras, así como los contextos específicos en que éstas se generan y los modos en que las conocemos. Para clarificar esto pensamos en este ejemplo: no es lo mismo la realidad que constituye un Monje del Tibet que un hombre de negocios. En el caso del primero, su vida cotidiana se caracterizará por la búsqueda de la contemplación, la austeridad, la sencillez, mientras que el segundo estará enfocado en ser productivo, vender, acumular ganancias o hacer inversiones; es decir, mientras el monje tibetano intenta despojarse de lo material, el hombre de negocios acumula pertenencias y dinero ¿Qué los hace ser distintos respecto al consumo, lo material y el estilo de vida a estos dos hombres?

En este punto hay que tener mucho cuidado, porque si bien reconocemos la variabilidad de las realidades, dado que son construcciones sociales con base a experiencias individuales y de grupos, tampoco debemos caer en el vértigo de la relatividad. Recuerda que cuando pensamos que el mundo es relativo negamos la búsqueda de una verdad y consideramos infinitas posibilidades que dependerán de que se den ciertas relaciones, también infinitas. Por ejemplo, imagina que vas preguntando por la calle a las personas a las que te encuentras ¿qué es la belleza? Seguramente obtendrás múltiples y variadas respuestas que te pueden hacer pensar que no encontrarías coincidencias entre tantas mira-

das sobre la belleza. Si bien con nuestras reflexiones sobre la realidad no buscamos la verdad absoluta, dado que las personas viven múltiples experiencias que las hacen construir distintas realidades, sí consideramos que el sentido común se constituye a partir de ciertas instituciones, discursos y símbolos establecidos desde antes de que nacemos y que compartimos socialmente durante nuestra vida. En el ejemplo anterior, aunque obtengas diversas expresiones sobre lo que es la belleza, podrías encontrar aspectos en común que atraviesan la mayoría de las opiniones. De esto hablaremos a fondo más adelante.

Thomas y yo partimos de dos tesis: 1. Que la realidad se construye socialmente y 2. Que la sociología del conocimiento es el campo de estudio que debe analizar los procesos por los cuales la realidad se produce. Para irnos entendiendo mejor vamos a definir qué es la realidad y el conocimiento. Para nosotros la *realidad* es una cualidad propia de los fenómenos que reconocemos como independientes de nuestras decisiones (Berger y Luckmann, 2012, p. 11), es decir, es lo que sucede en nuestro entorno independientemente de nuestras voluntades; mientras que el *conocimiento* lo entendemos como la certidumbre de que los fenómenos son reales y que poseen características específicas (Berger y Luckmann, 2012, p. 11).

Para poder responder cómo se construye la realidad y cómo es que vamos adquiriendo y desarrollando conocimiento para movernos en

el mundo, te voy a platicar el libro en tres momentos. Primero, trataremos de entender qué es la vida cotidiana, después analizaremos la sociedad y el orden sociocultural conformado desde que nacemos y en el cual nos desarrollamos adaptándonos a sus formas preestablecidas y, por último, te explicaré cómo este orden preestablecido es interpretado por cada uno de nosotros gracias a las experiencias particulares que vamos teniendo dentro del mismo, y que generan una variabilidad de formas de relacionarnos con las demás personas, con los objetos y sucesos.

Momento 1 ¿Qué es la vida cotidiana?

Todos los días hacemos nuestra vida diaria, comúnmente llamada *cotidianidad*. Podemos decir que la *vida cotidiana* son los pensamientos y acciones que surgen a partir de una realidad interpretada por las personas, que se da gracias a los significados que nos ayudan a entender el mundo de manera coherente.

Estos pensamientos y acciones conforman el mundo intersubjetivo del sentido común. La *subjetividad* es un concepto clave en este entendimiento, porque es el proceso mediante el cual vamos organizando la información que llega a nosotros por nuestros sentidos, y los sistematizamos en categorías conceptuales que nos permiten entender nuestro entorno. Las *subjetividades* vendrían a ser esas manifestaciones de nuestras emociones, pensamientos y comportamientos que experimentamos cuando tenemos una vivencia; lo que resulta de esa vivencia sería nuestra *experien-*

cia subjetiva.

Estas experiencias tienen diferentes capas de significados. Pensémoslo metafóricamente como las capas de una cebolla, cada capa de su epidermis sería una base significativa. Por ejemplo, cuando un bebé llora porque tiene hambre, al recibir la leche como alimento a través de un biberón asociará que ese objeto le saciará el hambre (primera capa significativa). Posteriormente, a través de sus experiencias, empezará a dar cuenta que es la madre la que le provee de ese objeto (el biberón), con lo cual se añade otra capa de experiencia que resultará en la asociación de *madre - proveedora de alimento* (segunda capa significativa). Si en un futuro, ese niño tiene cuidadores distintos a la madre, que también le proveen de alimento a través de biberones, el significado *madre - proveedora de alimento* se modificará y asociará que toda aquella persona que tenga un biberón puede proveerle alimento (tercera capa significativa). Los eventos de la vida diaria relacionados a los alimentos irán añadiendo en el bebé capas de significados en torno a la alimentación. Estas experiencias significativas se darán durante toda su vida, por lo que las capas de significados pueden ser infinitas.

Para que generemos capas significativas necesitamos de las experiencias que tenemos diariamente, las cuales se dan en tres dimensiones analíticas: en un *espacio*, en un *tiempo* y a través de una *interacción social*. Para comprender esta última dimensión de análisis

recurrimos al concepto del *otro generalizado* del psicólogo George H. Mead (1982). Este autor decía que desde que nacemos somos parte de grupos sociales, y el primero de ellos es el núcleo familiar. Es a través de esta convivencia con las personas cercanas que vamos interiorizando las formas adaptativas de comportamiento, es decir, las reglas sociales. Para George Mead, somos personas reflexivas que antes de actuar nos posicionamos en la mirada del resto de las personas para comportarnos de acuerdo con lo que esperan de nosotros. Esta perspectiva general de lo que se espera de nuestro comportamiento es lo que se denomina *otro generalizado*, y esta capacidad de pensamiento abstracto sobre lo que hacemos nos vuelve seres socializados que solo es posible gracias a la interacción social.

Esta interiorización de las reglas sociales y lo que espera el mundo de nosotros se da gracias al lenguaje, ya que al adentrarnos en los sistemas de signos lingüísticos podemos entender y ser parte de prácticas compartidas con el resto de las personas. Estas prácticas sociales sostenidas por signos lingüísticos se les denomina *objetivaciones*. Así, *la realidad de la vida cotidiana no solo está llena de objetivaciones, sino que es posible únicamente por ellas* (Berger y Luckmann, 2012, p. 51). Este punto te lo explico en seguida.

Momento 2 ¿Hay una sociedad preestablecida que define nuestra realidad, incluso antes de nacer?

Vamos a tratar de entender por qué antes de nacer existe una sociedad preestablecida. Cuando nacemos, lo hacemos dentro de un orden social, cultural y biológico, mediado por las significaciones de lenguaje. El hombre se produce a sí mismo dentro de la sociedad a partir de componentes humanos como los biológicos, culturales y lingüísticos, y no es posible entenderlo si se le separa del contexto social. Pero el hombre, al encontrarse en un mundo complejo y variado, con infinitas posibilidades de acción y respuesta ante las prácticas sociales, requiere de tener certeza sobre sus comportamientos. Para esto existe la *institucionalización*, que se refiere a prácticas sociales preestablecidas que permiten generar orden y estabilidad, es decir, crear ambientes ya constituidos donde nos desarrollamos diariamente y donde nos insertamos dependiendo la etapa de vida en la que nos encontremos.

Por ejemplo, cuando nacemos los primeros cuidados que recibimos generalmente son de nuestros padres, pero, posteriormente, nos adentramos en un sistema educativo al inscribirnos a una escuela de educación inicial. Este sistema de escolarización ya existe previamente y sus quehaceres diarios están definidos por reglas, horarios, rutinas, hábitos, actividades, que marcan la dinámica diaria en cada centro escolar. Cuando llegamos el primer día de clases con nuestros compañeros y maestros, nos adentramos a ese mundo escolar ya previamente definido por generaciones anteriores a nosotros; estas dinámicas han

sido consolidadas a través de los años. La Historia es una disciplina que aquí cobra relevancia, porque es la que estudia todos esos cambios dados a lo largo del tiempo, en este caso, en el sistema educativo en México.

Continuando con este ejemplo, a medida que nos adentramos en la dinámica diaria escolar vamos interiorizando reglas escolares que nos generarán hábitos y pautas de comportamiento. Así, cuando llegamos a la educación primaria ya tenemos ideas previas sobre lo que esperan los demás de nuestro comportamiento en nuestro rol de estudiantes, por ejemplo, asistir a clases, aprobar los exámenes, respetar a nuestros compañeros, tener amigos, estudiar antes de las evaluaciones, participar en actividades deportivas o culturales, entre otras prácticas.

Para que te quede más claro pongamos otro ejemplo. Imagina que un día llega una base alienígena a la calle de tu vivienda y baja para llevarte a otro planeta. Después de viajar años luz a través del espacio galáctico llegas a un lugar con seres desconocidos que no hablan tu idioma, que no se alimentan como tú, que no hacen lo mismo que tú, y que al llegar te colocan encima de un objeto extraño y todos te apuntan con sus extremidades ¿qué sentirías? ¿qué harías? ¿cómo saber qué hacer de manera que no provoques en ellos una acción que atente contra tu vida? Tus respuestas probablemente estarán relacionadas a la sensación de incertidumbre, esto porque no te sientes parte de su mundo y, por tanto, no tienes un marco sociocultural y lingüístico que te ayude a descifrar su comportamiento, por no tener experiencias previas con ellos. De esta manera pode-

mos ver la necesidad de este orden social previamente definido para aminorar la inestabilidad humana y la incertidumbre. Lo que nos provee este orden de la sociedad es un entorno estable que constantemente estamos reproduciendo. Ya lo dicen filósofos como Heidegger en su libro *Ser y Tiempo* (1971) cuando nacemos somos arrojados a un mundo para después buscar ser en ese mundo y proyectarnos en él a lo largo del tiempo. Si no viviéramos conforme a reglas, instituciones o tradiciones, al nacer e ir creciendo nos sentiríamos como personas robadas por extraterrestres arrojados a un mundo desconocido.

Ahora te hablaré de cómo vamos interiorizando todas esas instituciones sociales a las cuales pertenecemos y en donde nos desarrollamos. Uno de los términos para entenderlo es la *habituación*, una condición que es antecedente de la institucionalización. Veamos, la *habituación* son esas prácticas que vamos constituyendo diariamente y que se caracterizan por formas continuas de responder de la misma manera ante una necesidad cotidiana. Por ejemplo, si tenemos que salir a la escuela por las mañanas solemos despertarnos temprano para vestirnos, desayunar, lavarnos los dientes, entre otras actividades que requiramos, y poder llegar en tiempo a la primera clase. Estas acciones rutinarias como el despertar a cierta hora, desayunar y lavarte los dientes por las mañanas, forman parte de esos hábitos necesarios para poder responder a una necesidad cotidiana: llegar puntuales a clases, sin hambre y sin olor bucal que pudiera desagradar a los demás. El conjunto de esas acciones es la habituación,

misma que va acompañada de tipificaciones que aprendemos y reproducimos, es decir, les asignamos categorías a las acciones y a los actores, por ejemplo “buena alimentación”, “pulcritud”, “puntualidad”, “mala actitud”, “comportamiento agresivo”, entre otras.

Estas tipificaciones se producen y reproducen mediante la interacción social de las personas, y es lo que nos permite leer el comportamiento de nosotros mismos y de los demás. Estas categorías lingüísticas se van transmitiendo de generación en generación y constituyen un orden institucional. Por ejemplo, una niña en clase golpea a uno de sus compañeros porque en la hora del juego no le quiere prestar un juguete. El niño que fue golpeado cuenta a su maestra lo sucedido, inmediatamente la maestra reprende a la niña llamándole la atención por su actuación. En el mundo escolar la acción de golpear a otra persona ha sido tipificada como negativa, si en el centro escolar está institucionalizado que si alguien golpea a otra persona debe ser sancionada, la maestra no solo llamará la atención a la niña, sino que la remitirá a los directivos escolares para levantar un reporte por *mal comportamiento*. Y así, cada niño que golpee a otro será sancionado de esta forma.

Pero aquí es importante resaltar tres aspectos funcionales de la institucionalización de las prácticas: la *historicidad*, el *control social* y la *tradición*. El que los maestros y directivos de una escuela sancionen el comportamiento de *golpear a otros* cada vez que suceda durante los días escolares (historicidad) para mantener un orden de convivencia entre los niños (control social), generará en ellos un significado negati-

vo sobre la acción de *golpear a otro*, y dicho significado será compartido colectivamente, es decir, entre toda la comunidad escolar, de manera que cada vez que un niño golpee a otro el resto sabrá que el golpeador puede ser sancionado por la maestra y los directivos de la escuela (tradición).

Esta serie de tipificaciones y significados colectivos que se generan diariamente en los distintos espacios sociales, mismos que sostienen prácticas aceptables para mantener la vida social, es lo que denominamos “orden institucional”. Dicho orden tiene *historicidad*, lo que significa que antes de nacer hay otras personas que nos enseñarán o advertirán que al realizar una acción en particular vamos a recibir una aprobación o desaprobación por parte de otros. Es así como el mundo institucional es actividad humana objetivada, es decir, que son actividades compartidas por grupos de personas que sostienen prácticas sociales a lo largo del tiempo. Con esto se explica por qué tenemos leyes, reglas, tradiciones, costumbres, valores sociales, entre otros, que seguimos, aceptamos y mediante los cuales actuamos.

En el ejemplo de la acción de *golpear a otros* en la escuela, serán quienes nacieron antes que nosotros y que ya vivieron años escolares, como nuestros padres, hermanos o amigos, los que no adviertan que si golpeamos en la escuela seremos sancionados. Con este ejemplo podemos dar cuenta que, para que una tradición se sostenga tiene que haber una reciprocidad significativa, y ¿qué significa esto? que las personas involucradas en las prácticas de dicha tradición tienen que compartir su significado

entre ellas. En este caso, el hecho de golpear a otros será sancionado y desaprobado socialmente, siempre y cuando los maestros, los estudiantes, los padres de familia y los directivos de la escuela, signifiquen a esa acción como algo negativo. Este proceso de aceptar, compartir y no poner en cuestión el sentido de esta institución (institución = si alguien golpea será sancionado) es lo que denominamos *legitimación*.

Pero legitimar una práctica o regla social no se da por sí solo, sino que es producto de una conciencia reflexiva sobre las instituciones y su funcionalidad. Es decir, cuando aceptamos y respetamos una regla de comportamiento es porque para nosotros seguir esa pauta es necesario para funcionar socialmente. Si sentimos que una regla de comportamiento social atenta a nuestros intereses o nos obstaculiza el funcionar adecuadamente, dejamos de reproducirla o respetarla. Así, para que una práctica social se sostenga en el tiempo es necesario que las personas que están involucradas en dicha práctica compartan su significado y las experiencias en torno a ella. Si esto sucede nosotros le llamamos que existe *cohesión social* en torno a dicho comportamiento.

Los procesos señalados hasta ahora, como la *institucionalización*, la *habituación*, *historicidad*, *el control social*, la *tradición*, la *legitimación* y la *cohesión social*, se dan gracias a la mediación del lenguaje. La comunicación entre las personas involucradas en estos procesos se comunica a través de signos lingüísticos (imágenes, símbolos, palabras, significados) logrando así compartir experiencias y conoci-

miento en torno a las prácticas sociales.

Este conocimiento y el significado de las cosas se sedimentan en el lenguaje, es decir, que se van anclando a los signos lingüísticos que nos ayudan a comunicarnos, de manera que cuando escuchamos palabras de la vida cotidiana asociamos esas palabras con significados previamente constituidos y que compartimos con las demás personas. Ejemplo, cuando escuchamos o leemos la palabra “golpear” muy probablemente la asociemos a algo “malo” o “agresivo” y habría que conocer más sobre el caso de quien llevó a cabo la acción de golpear para matizar nuestras interpretaciones, no obstante, la acción en sí misma de golpear estará relacionada a la agresión. Este anclaje de significados en el lenguaje compartido por un grupo social es lo que denominamos “sedimentación intersubjetiva”, porque los significados se sedimentan en el lenguaje, es decir, se retienen a través de signos lingüísticos, y se reproducen y comparten con el resto de las personas, de manera que constituyen formas de pensar que poco cuestionamos por su grado de aceptación social.

Es a partir de esta sedimentación en el lenguaje que nuestras experiencias se vuelven intersubjetivas, porque podemos compartir subjetividades con otras personas gracias a la comunicación intergrupala. De ahí que nuestras experiencias subjetivas pueden volverse experiencias objetivas, porque son sostenidas, entendidas y significadas en espacios sociales cotidianos. Para que estas prácticas cotidianas se legitimen a través del lenguaje mediante las experiencias, se necesita de mecanismos que

transmitan estas pautas sociales y las compartan entre sus miembros, tal es el caso de la escuela, que es un lugar donde interiorizamos muchas de las ideas y comportamientos a través de los cuales nos sentimos pertenecidos a una sociedad; por ejemplo, reglas y valores, rituales patrióticos, festividades, costumbres culturales, prácticas disciplinarias, entre muchos otros.

Anteriormente dijimos que para que una práctica social se sostenga en el tiempo tiene que ser legitimada entre las personas que la reproducen, y que comparten su significado y las experiencias en torno a ella. El nivel más alto de la legitimación se da cuando los miembros de todo un aparato social, a partir de esta sedimentación en el lenguaje, constituyen universos simbólicos que permiten significar como aceptadas dichas prácticas.

Hasta aquí hemos aprendido la manera en cómo llevamos a cabo comportamientos compartidos con el resto de las personas con quienes convivimos diariamente, y cómo dichos comportamientos son aprendidos, sostenidos y aceptados socialmente, sin detenernos a pensar cómo responder ante cada exigencia cotidiana. Sin embargo, aunque el orden institucional pareciera inamovible por su instauración colectiva a lo largo de los años y su aceptación entre los miembros de un grupo, es posible modificar las instituciones o, incluso, abolirlas, a partir de experiencias individuales que van construyendo significados distintos en torno a los objetos, las personas y las acciones. De esto vamos a hablar en el siguiente momento.

Momento 3 ¿Nos adherimos al orden preestablecido de la sociedad o podemos generar cambios sociales a partir de nuestras experiencias individuales?

Aunque hemos dicho que el orden institucional se sedimenta en el lenguaje y eso nos permite compartir significados en torno a las prácticas sociales y sostenerlas a lo largo del tiempo, no debemos dejar de lado que finalmente este orden social es producto humano. Esto nos lleva a pensar que somos todos los humanos quienes generamos estas instituciones sociales y, por lo tanto, quienes podemos modificarlo.

Para poder entender las posibilidades de cambio social desde nuestras conductas individuales, tuvimos que echar mano de autores clásicos de la Psicología como George Herbert Mead, ya que necesitamos entender cómo cada uno de nosotros se apropia de la realidad que constituye dicho orden social.

Desde que nacemos nos adentramos en un mundo ya establecido. Nuestro primer entorno social es el que constituye la relación con nuestra madre, o bien, con el cuidador que se haga cargo de nuestra alimentación y protección, al ser la primera persona con la que tenemos contacto cotidiano y que está fuera de nuestro Yo. En un principio la forma de comunicarnos con los demás será no verbal a través de gestos, balbuceos o el llanto, pero a medida que vamos creciendo las experiencias se van ampliando al relacionarnos con otras personas como nuestros hermanos, tíos, abuelos, vecinos, entre otros, y paralelo a estas experiencias vamos adquiriendo un lenguaje más complejizado, co-

mo signos, imágenes, palabras, que asociamos con significados.

Por ejemplo, una niña de dos años que está jugando con su hermano mayor, cuando éste no le presta un juguete ella le suelta un golpe con su mano, de manera que el hermano llora sin parar y avisa a su mamá lo sucedido. La madre, al ver la situación, arremete contra la niña y le dice que no debe golpear a su hermano porque eso es “malo” y provoca “dolor” en él. La niña comenzará a asociar que golpear es *malo* y causa *dolor*. La próxima vez que la niña lleve a cabo esa acción intentará negar la situación por temor al regaño de la madre, o bien, se sentirá descubierta y apenada asumirá que causó dolor a su hermano. Lo que está ocurriendo aquí es lo que denominamos *internalización de la realidad*, es decir que aprehendemos e interpretamos de manera inmediata un acontecimiento en cuanto expresa un significado.

La internalización de la realidad al significar nuestras acciones tiene tres funciones:

Aprehender el mundo significativo. La niña asociará al hecho de golpear a su hermano con el significado de malo o agresivo.

Comprender el comportamiento de los otros. La niña trasladará ese significado de malo o agresivo a cualquiera persona que golpee a otro. Cuando la niña observe que alguien más golpea, interpretará que esa acción es mala o que está causando dolor a la persona que golpea.

Ser miembro de un grupo social. La niña evitará golpear a otros para no ser reprendida y, en caso de hacerlo, sabrá que puede ser rega-

ñada o castigada por alguien más.

Cuando nos adentramos en estos tres procesos para comprender el comportamiento de otros y pertenecer a un grupo social nos adentramos también en las posibilidades de socialización, que para nosotros se da en dos etapas, una consecutiva de la otra: la socialización primaria y socialización secundaria. Ahora te explicaré qué implica cada una de ellas.

Socialización primaria: esta se da mediante los vínculos que se producen en el primer mundo que conocemos, que generalmente es la familia en la cual nacemos. Si bien no definimos edades en particular, sí la enmarcamos en la primera infancia que algunos teóricos la denominan de los 0 años a los 6 años (Papalia, Wendkos y Duskin, 2004). Esta etapa es donde interiorizamos roles y actitudes de las personas que nos rodean, por ejemplo, quién es mamá, quién es mi hermano, mi abuela, el vecino, quién soy yo respecto a ellos. Este tipo de socialización es gracias al desarrollo del lenguaje. Es a partir de interiorizar un *Yo*, un *Tú*, un *Mío*, un *Tuyo*, entre otras posesiones lingüísticas, que vamos entendiendo el mundo social y nuestra identidad individual y sociocultural. Vamos constituyendo el género que somos, la importancia de la alimentación, del aseo personal, de la convivencia con las demás personas, por mencionar solo algunos de los infinitos aprendizajes en esta etapa. Para entender este tipo de socialización recurrimos nuevamente al concepto del *otro generalizado* de George Mead, recuerda que fue el psicólogo social que influyó en nuestra teoría.

Algo muy importante en la aprehensión y construcción de estos significados al darse esta socialización primaria es la carga emocional. Al ser una fase donde el lenguaje y nuestra conciencia apenas se está desarrollando, lo que domina son las emociones que nos vincula con las personas y objetos cercanas a nosotros, por ejemplo, asociar el biberón con la alimentación y, a su vez, con una sensación de saciedad, o bien, asociar la presencia de mi madre con una sensación de protección y seguridad cuando está conmigo. A medida que vayamos creciendo iremos racionalizando que en ocasiones nuestra madre tendrá que salir de casa y que aun así podemos estar seguros en otros sitios, como en la escuela o al cuidado de otras personas. Así, conforme vayamos desarrollando más el lenguaje acompañado de experiencias cotidianas, iremos adquiriendo conciencia sobre quiénes somos y sobre nuestro entorno por lo que nuestras asociaciones significativas pasarán de ser dominadas por la emoción a ser dominadas por la razón. Y es así como pasamos a la siguiente etapa de socialización.

Socialización secundaria: Algo que es importante esclarecer es que sin la socialización primaria no es posible la socialización secundaria. Esta última refiere las socializaciones que surgen cuando nos relacionamos con entornos más allá de la familia, como los escolares, vecinales o laborales. A medida que necesitamos inscribirnos en nuevos espacios sociales vamos interiorizando ya no solo las reglas de comportamiento dentro del hogar, sino también reglas fuera de él, tal es el caso de la escuela. Al acudir diariamente a nuestras clases internalizamos

el submundo institucional de la escolarización que conlleva aprender conocimiento especializado, deportivo, cívico, de convivencia, entre otros aprendizajes. Otro ejemplo es cuando nos adentramos en el mundo del trabajo para generar ingresos económicos; vamos aprehendiendo las reglas y comportamientos necesarios para adaptarnos a las exigencias laborales diarias, horarios de trabajo, derechos y obligaciones como trabajador, requerimientos de vestimenta, exigencias en el desempeño laboral, entre otros aspectos.

Así, al adentrarnos a los submundos en los cuales es necesario que nos adentremos a medida que vamos avanzando en la edad y donde adquirimos mayores responsabilidades sociales, vamos también adentrándonos en la realidad de la vida cotidiana. Conocemos la división del trabajo de acuerdo con profesiones, salarios, puestos y responsabilidades laborales. Interiorizamos exigencias socioculturales de comportamientos según nuestro género, significamos procesos sociales como el matrimonio, la maternidad, la paternidad, constituimos proyectos de vida en función de esta interiorización de reglas sociales y de necesidades cotidianas. Es decir, vamos delineando nuestros roles sociales de acuerdo con los espacios donde convivimos diariamente y donde adoptamos distintas responsabilidades.

Al involucrarnos en espacios sociales menos personales que el entorno familiar, esta interiorización de las instituciones puede prescindir de la carga emocional. Esto quiere decir que puedo aprehender las reglas de comportamiento dentro del salón de clases e incluso seguirlas,

sin amar a mis maestros y a mis compañeros. O bien, puedo ir todos los días al trabajo y colaborar amablemente con mis compañeros, al haber interiorizado las reglas de cortesía, sin tener una amistad cercana con ellos.

Lo anterior permite que en esta socialización desarrollemos un pensamiento abstracto que nos va a permitir interiorizar instituciones de un campo en específico, logrando trasladar el aprendizaje de esas instituciones a cualquier espacio propio de ese campo. Ejemplo, si al ir a la escuela primaria he aprendido que no debo golpear a mis compañeros, cuando yo ingrese a la escuela secundaria nadie me lo tendrá que decir, pues yo habré aprendido previamente y lo aplicaré en la secundaria, aunque sepa que es una escuela distinta. Esta capacidad de abstracción me permitirá trasladar aprendizajes de reglas de comportamiento de un espacio social a otro para saber cómo responder en ellos cotidianamente.

De esta manera generamos una conciencia entre lo que somos nosotros, lo que denominamos nuestro *Yo total*, y la realidad institucionalizada, esos roles y reglas sociales que debemos seguir para inscribirnos en distintos espacios de convivencia. Y la socialización secundaria nunca termina, porque continuamente estaremos expuestos a situaciones y lugares donde tendremos que comportarnos respecto a reglas de grupo y cada vez estaremos teniendo nuevas adquisiciones de acuerdo con los entornos en donde nos vinculemos.

Y aquí entramos a un último punto, que es clave para entender dónde entra nuestra subje-

tividad e individualidad en todas esas interiorizaciones de instituciones preestablecidas. Por un lado tenemos a la estructura social, que sería ese entramado institucional de los espacios sociales en donde las personas se involucran diariamente, pero para poder funcionar y continuar en el tiempo se requiere de procesos sociales que dinamicen dichos entramados institucionales. Quienes dinamizamos esos procesos somos cada uno de nosotros al adentrarnos en las rutinas diarias de las escuelas, los lugares de trabajo, las asociaciones a las que pertenecemos, los hospitales donde nos atendemos la salud, entre muchos otros lugares. Estas rutinas nos permitirán una interacción cotidiana con las demás personas y nos iremos arraigando en los significados que se gesten en la dinámica diaria de cada lugar.

Por ejemplo, cuando somos estudiantes de preparatoria sabemos que, si no cumplimos con tareas, no asistimos a clases o no estudiamos para los exámenes, probablemente no aprobemos las asignaturas escolares. Esto lo sabemos porque ya pasamos por un proceso de *arraigo de la institución*, es decir, hemos cursado ya seis años de educación primaria y tres de secundaria, donde sacábamos una mala nota si no cumplíamos con estas actividades (reglas escolares). De manera que al llegar a la preparatoria cumplimos con las actividades para aprobar y de no cumplirlas no nos sorprende la mala nota; de lo contrario, al cumplirlas sentimos satisfacción porque obtuvimos una nota alta y consideramos que se retribuyó el esfuerzo realizado como estudiante.

Cuando las instituciones o reglas de com-

portamiento social van acorde a la definición subjetiva de la realidad, habrá mayor arraigo del comportamiento de las personas involucradas. Si en la preparatoria realizamos tareas, estudiamos para el examen y asistimos a clases para aprobar la asignatura (instituciones), es porque lo creemos necesario para aprender en las clases y sacar una buena nota (definición subjetiva). Cuando estas instituciones dejan de ir acorde a las definiciones subjetivas, pueden modificarse, o bien, hasta extinguirse. Si en la materia de historia la maestra comienza a aprobar solo a aquellos estudiantes que participan elaborando ideas durante la clase, sin considerar las actividades que realicen y las notas que saquen en los exámenes, el grupo comenzará a significar que no es necesario estudiar para los exámenes o cumplir con las tareas, por lo que esa institución se extinguirá y se crearán nuevas formas para aprobar la materia. Si bien nos movemos en universos simbólicos amplios que vamos aprendiendo con el lenguaje y que nos permiten adaptarnos a los distintos lugares, creamos sub universos simbólicos en función de nuestras experiencias que pueden coincidir o no con las instituciones establecidas pudiendo cuestionarse y, a largo plazo, modificarse.

Pongamos otro ejemplo. Un trabajador asiste motivado diariamente a su trabajo, se adentra en las instituciones de su espacio laboral para ser el mejor trabajador y cumplir con las metas que su jefe le pide. Su definición subjetiva es que al cumplir con sus metas de trabajo tendrá recompensas de reconocimiento y de ingresos en su salario. No obstante, comienza a darse cuenta que su jefe le pide cada vez más horas

extras de trabajo, le da un mal trato y no le aumenta su salario, a pesar de haber cumplido con sus metas del mes. El trabajador comenzará a modificar su definición subjetiva y significará que, aunque se esfuerce, no rendirá frutos laborales que le beneficien. De esta manera, disminuirá su motivación para cumplir metas en su trabajo, estará de mal humor y no cumplirá reglas de comportamiento como llegar temprano o quedarse horas extras. Esta situación irá desarraigando al trabajador del contexto institucional de su empleo, de manera que no se sentirá pertenecido a su lugar de trabajo. Estos desarraigos institucionales provocados por un desánimo debido a estas situaciones de maltrato o explotación laboral pueden ser motivos de toda una huelga o un paro laboral por los trabajadores en una empresa. Esto clarifica nuestra premisa de que cuando hay una distancia entre la definición subjetiva de las personas y su interiorización de las instituciones de los espacios sociales, es cuando puede haber cambios sociales y, por tanto, modificación de las reglas sociales generando nuevos entramados institucionales.

Conclusión

Caribdis, hemos llegado al final y espero te vayas con algunas respuestas, pero también con muchas más preguntas.

Reflexionar sobre la construcción de la realidad es voltear a ver las instituciones sociales que producimos y reproducimos diariamente, a través de la adquisición del lenguaje y de nuestras experiencias. Esto es importante porque quiere decir que podemos dar cuenta de quié-

nes somos y cómo pensamos solo deteniéndonos a analizar nuestras ideas, emociones y comportamientos en un entorno determinado. De esta manera, podemos entender nuestras realidades comprendiendo las instituciones, hábitos, historias, tradiciones, así como prácticas sociales que legitimamos y en las cuales nos adentramos cotidianamente sin cuestionarnos.

Estos aspectos reflexivos también nos ayudarán a comprender por qué hay instituciones que no se sostienen en el tiempo, o por qué las personas dejan de seguir ciertas reglas sociales o dejan de creer en ciertas tradiciones. Cuando las instituciones no se respetan es porque no están legitimadas por las personas que están involucradas en ellas, esto quiere decir que sus experiencias e intereses individuales distan de lo que proyectan dichas instituciones. Esto nos lleva a pensar que, para que las personas cumplan con las reglas de comportamiento de un espacio o situación en particular, éstas deben ser definidas acorde a los intereses colectivos y de bien común, de manera que las personas consideren funcional y necesario seguir una regla en particular. Pensemos en las personas que manejan un coche, para que cumplan las reglas de tránsito tienen que pasar por un proceso de educación vial donde signifiquen que seguir reglas de tránsito es para un bien común (evitar accidentes viales, por ejemplo). Los procesos institucionales tan necesarios para un orden social no se dan mágicamente, estos deben ir acompañados de universos legitimadores que solo serán posibles por las personas involucradas.

Con esto concluimos que la realidad se cons-

truye socialmente a partir de las instituciones a las cuales nos adherimos y vivimos, no obstante, esta realidad es modificable y tenemos la capacidad de cambiarla. Si tenemos nuevas experiencias, estas nos llevarán a inscribirnos en nuevas relaciones sociales que irán influyendo en nuestra forma de concebir el mundo. El orden institucional es el marco de nuestras acciones individuales y colectivas, pero somos nosotros los que le damos vida y quienes tenemos la posibilidad de modificarlo a partir de un pensamiento crítico reflexivo en torno a las distintas instituciones educativas, laborales, políticas, culturales, económicas, ambientales, en las cuales nos desenvolvemos y de las cuales somos parte.

Referencias.

- Berger, P. y Luckmann, T. (1986). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu.
- Heidegger, M. (1971). *El ser y el tiempo*. Traducción de José Gaos. Fondo de Cultura Económica.
- Mead, G. H (1982). *Espíritu, persona y sociedad*. Paidós Ibérica.
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2004). *Desarrollo Humano*. Mc Graw Hill.

Autora:

Aileen Azucena Salazar Jasso

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Miembro del grupo disciplinar (UAT-GD-142) Sociedad, familia y salud GDI

aileen.salazar@docentes.uat.edu.mx

VIVIR CADA MOMENTO CON UN SENTIDO: VIKTOR FRANKL Y SU LIBRO INSIGNIA

Autoras: Ana María Martínez Jerez; Guadalupe Isabel Ceballos Álvarez

La tlacuachita ignorante estaba cada día más decidida a dejar de serlo; y así, subió una noche como tantas otras a los estantes de la biblioteca y se encontró con un libro que al leer el título le pareció incomprendible pero, a la vez, atrayente: “*El hombre en busca de sentido*”. Volteando el libro, en la parte posterior leyó que este es uno de los grandes libros de la historia; tan sólo en el siglo XX fue uno de los 10 libros de mayor influencia en el mundo y leyó que, aunque es de Psicología, es tan sencillo y sus enseñanzas tan importantes que no es considerado un libro técnico o especializado sino un libro de lectura universal, es decir, para todos (Frankl, 1946/2021; Freire, 2021).

Al leer todo esto, inquieta y curiosa como siempre, Caribdis no dejó de plantearse, desde ese mismo momento, varias preguntas: ¿qué expone este libro que ha tenido tanta influencia?, ¿quién es el autor y por qué escribió esto?, ¿a qué se refiere cuando habla del sentido? Y, con esa curiosidad inherente en ella, ávidamente abrió el libro y comenzó a leer, y a entender...

Quien tiene un por qué para vivir puede soportar casi cualquier cómo.

Nietzsche



1. Raíces y surgimiento del Análisis Existencial y la Logoterapia

La frase de Nietzsche que hemos utilizado como epígrafe (cita al inicio de un escrito) integra la idea principal de la Logoterapia, que es una forma de terapia que propone Viktor Frankl para ayudar psicológicamente a las personas (Allport, 1991) La Logoterapia comenzó a desarrollarse desde inicios de los años 20 del siglo pasado y, por tanto, mucho antes de que Frankl hubiera sido prisionero de varios campos de concentración al final de la Segunda Guerra Mundial. Esto es muy importante de mencionar pues muchas veces se piensa que la Logoterapia fue creada por Frankl a partir de su estancia en los campos de concentración, pero esto no fue así (Freire, 2021).

La Logoterapia tuvo sus orígenes en el Análisis Existencial, la llamada Tercera Escuela Vienesa (en Austria) de psicoterapia y es considerada la técnica o la parte práctica del Análisis Existencial. Las otras dos escuelas son el Psicoanálisis de Sigmund Freud y la Psicología Individual de Alfred Adler. Fue precisamente en Austria en donde se da el desarrollo de estas escuelas de psicoterapia debido, en primer lugar, a la influencia que tuvo Sigmund Freud en este proceso, a que fue en Viena en donde este gran autor vivió y desarrolló el Psicoanálisis, y también debido a que la mayoría de sus primeros seguidores y alumnos nacieron en Austria o en lo que en ese entonces era el Imperio Austrohúngaro. Sin embargo, debido a la enorme importancia e influencia que estas escuelas (sobre todo el Psicoanálisis)

tuvieron en todos los tipos de psicoterapia que se desarrollaron posteriormente, en la actualidad son conocidas y reconocidas a nivel mundial (Miramontes, s.f.).

Puesto que, cronológicamente, fueron apareciendo las tres escuelas una después de otra y a que sus fundadores e integrantes se conocían entre sí, tanto Freud como Adler ejercieron gran influencia en los fundadores del Análisis Existencial, y en Viktor Frankl en particular, al desarrollar la Logoterapia. De hecho, Frankl perteneció a la escuela de Adler antes de romper con él y unirse a los existencialistas, así como previamente Adler había roto con Freud formando su propia escuela. Es de mencionar que Frankl sostuvo también intensas discusiones con el mismo Freud sobre algunos aspectos básicos del Psicoanálisis con los que no estaba de acuerdo (Miramontes, s.f.).

Así, estas tres corrientes comparten diversas ideas y postulados, pero también las separan enormes diferencias. Una de las principales divergencias es que el Psicoanálisis propone que la motivación principal del ser humano es la búsqueda del placer y la Psicología Individual formula que aquello fundamental que busca el hombre para ser feliz es el deseo de poder y superioridad, es decir, que la persona compense sus sentimientos de inferioridad. En contraste, el Análisis Existencial y la Logoterapia consideran que una de las principales motivaciones de los seres humanos es darle un sentido a su vida y a su existencia (Miramontes, s.f.).

Dos de los fundadores y principales representantes del Análisis Existencial son Rudolf Allers y Oswald Schwarz, quienes además de ser amigos, compañeros y colegas médicos de Frankl son considerados como sus mentores o maestros, pues ejercieron gran influencia en el desarrollo un poco posterior de los postulados de la Logoterapia. Es interesante subrayar que la psicoterapia nace, en gran medida, del ámbito médico (Freud, Adler y muchos otros iniciadores lo eran también) pues estos, al tratar pacientes en sus consultas médicas se fueron dando cuenta de que muchos de los padecimientos reportados no tienen realmente una causa física, sino que su origen es de índole mental o emocional y su tratamiento, por tanto, debe ser psicológico. Tan es así que Oswald Schwarz edita, en 1925, un libro basado en el vínculo que observa entre el cuerpo y la mente llamado *“Diagnóstico y tratamiento de los síntomas orgánicos de origen mental”*. Por ello, Schwarz también es considerado uno de los precursores de la medicina psicosomática, es decir, de aquellas enfermedades que se manifiestan físicamente pero que su causa no se encuentra en el cuerpo, sino en la mente o psique del individuo (Miramontes, s.f.).

Y ¿qué es el Análisis Existencial? Primero que nada debemos saber que el existencialismo, que es su base, es una corriente filosófica que posteriormente se desarrolla también como una corriente literaria. El existencialismo propone y considera, de la mayor importancia, que los seres humanos analicen y entiendan

su propia existencia y las condiciones en las cuales viven, como por ejemplo, las responsabilidades que cada uno tiene, cómo usamos la libertad, así como el significado que le damos a nuestras vidas. También, esta filosofía defiende el valor del ser humano y promueve que las personas hagan todo lo posible por alcanzar su potencial, es decir, por hacer lo máximo que nos es posible, lo que casi siempre es mucho más de lo que podemos llegar a creer. Como una importante escuela de pensamiento filosófico, el existencialismo inicia en el siglo XIX pero su máximo desarrollo se da a partir de los años 50's del siglo XX (Allport, 1991; Vargas Nájera et al., 2022).

Pero igualmente, el Análisis Existencial y en especial la Logoterapia, tienen una gran influencia de la fenomenología (otra corriente filosófica), sobre todo de la fenomenología desarrollada por el filósofo Max Scheler. Este autor considera que siempre en la vida hay algún tipo de sufrimiento, y que sólo se puede sobrevivir a las adversidades cuando le encontramos un sentido a ese sufrimiento que las adversidades nos traen (Miramontes, s.f.). Pero ese sentido lo tiene que encontrar cada persona, pues cada individuo tendrá sentidos o significados diferentes en su vida, es decir, lo que puede ser importante para mí puede ser muy diferente a lo que es importante para ti, y no es que alguno esté equivocado, simplemente son significados o valores diferentes. Por ejemplo, puede ser que una persona tenga que enfrentarse a terapias muy dolorosas para una enfermedad, pero ese dolor val-

drá la pena y tendrá un sentido porque sólo así, sometiéndose a las terapias, tiene posibilidades de recuperar la salud.

De esta manera, para el Análisis Existencial y para la Logoterapia, la persona pueda desarrollarse y crecer en todo su potencial a pesar de todas las adversidades por las que pueda pasar; esto es la base principal de su ayuda psicoterapéutica (Allport, 1991). Quizá ahora nos quede más clara la frase que a Frankl le gustaba citar de Nietzsche (otro filósofo), que hemos puesto en el epígrafe y que hemos mencionado integra la esencia de la Logoterapia: “Quien tiene un por qué para vivir puede soportar casi cualquier cómo”.

También es importante conocer el origen del término Logoterapia. Logos es una palabra griega con diversos significados. En primer lugar se refiere a “palabra” o “habla”, pero también se le utiliza para hacer referencia al uso del lenguaje en un contexto razonado, meditado o reflexionado, por lo que *logos* también se traduce y puede ser entendida como razonamiento, inteligencia, pensamiento, argumentación, discurso, instrucción o sentido, siendo este último el que básicamente es utilizado para dar nombre a la Logoterapia (Frankl, 1946/2021).

Así, el Análisis Existencial y la Logoterapia proponen una psicoterapia más humana, en donde sugieren acompañar existencialmente al paciente o persona que nos consulta, ayudándola al descubrimiento de la verdadera esencia y naturaleza de sí mismo en tres dimensiones integradas: cuerpo, psique y es-

píritu. De esta manera, esta corriente incluye también aspectos espirituales, los cuales no estarían siempre asociados con lo religioso, sino que lo espiritual incluiría todo aquello relacionado con lo que es importante para la trascendencia del ser humano fuera de lo material: el alma, el amor, la bondad, etcétera. Por ello, también esta escuela propone estudiar y analizar al ser humano no por partes o fraccionado, sino como una totalidad integrada. (Freire, 2021).

2. Quién es Viktor Frankl

Caribdis, más interesada cada vez por todo lo que iba entendiendo, quiso conocer también un poco más sobre este personaje del siglo pasado y se siguió formulando preguntas: ¿quién era Viktor Frankl?, ¿por qué es considerado, hoy en día, un hombre tan carismático y recordado del siglo XX? Así que esta tlacuachita, que más que ignorante era curiosa, decidió ponerse a investigar al respecto.

Pues bien, Caribdis supo entonces que Viktor Emil Frankl fue un vienés nacido en 1905 en el seno de una familia judía de grandes valores y principios morales. Hijo de Gabriel Frankl y de Elsa Lion, fue el segundo de tres hijos del matrimonio. Su padre fue empleado del Imperio Austrohúngaro, llegando a ser director del Ministerio para la Protección Social (aunque en su juventud hizo algunos estudios de medicina, al no poder costearlos se vio en la necesidad de abandonarlos). A su mamá, proveniente de una familia de escritores y rabinos radicada en Praga, el propio Frankl la

describió “de alma bondadosa y de corazón piadoso”.(Freire, 2021).

Es importante hacer mención que Viena, capital de Austria, se caracterizaba por su esplendor cultural y científico desde finales del siglo XIX. La ciudad contaba con una escenografía perfectamente natural, con parques y jardines alrededor del río Danubio; esta mezcla entre ciudad y naturaleza se fusionaba con el arte, la ciencia y la cultura del día a día, sobre todo en las clases medias altas y en la población judía. De hecho, eran judíos la mayoría de los grandes artistas, escritores y pensadores de la Viena de finales del siglo XIX y principios del siglo XX. Entre ellos se destacan Stefan Zweig (escritor), Sigmund Freud (psicoanalista) y Theodor Herzl (periodista) entre otros, a quienes era común ver discutiendo sus ideas en los diversos cafés de la ciudad (Miramontes, s.f.).

Bajo este escenario es donde se desarrolla la vida de Viktor Frankl quien, siendo tan sólo un pequeño de tres o cuatro años, mostró interés hacia la medicina así como a tener un sentido de la vida; en cuanto a la medicina, siempre manifestó que su actuar sería distinto que al común de los médicos porque no iba a recurrir al abuso de la prescripción de fármacos. Sus materias favoritas cuando era adolescente fueron las ciencias naturales; además, tenía un gran gusto por la lectura, sobre todo, de escritos de filósofos naturalistas. En esta etapa de su vida, Viena se vio perjudicada tanto política, económica como socialmente por la Primera Guerra Mundial. Las familias

vienesas sufrieron de hambre y de otras dificultades y se cree que, muy probablemente, Viktor y sus hermanos tuvieron que mendigar para comer. Esta guerra ocurrió de 1914 a 1918 (Freire, 2021).

Su interés por el sentido de la vida no cambió mientras crecía, así que en su época de estudiante de bachillerato, se matriculó también en la Universidad Popular para poder escuchar las clases de Psicología Aplicada, interesándose por la Psicología Experimental y adentrándose en el Psicoanálisis. Caribdis se enteró que Frankl había tenido comunicación por correspondencia durante todos sus estudios superiores con el ¡mismísimo Freud! Lamentablemente, toda esta evidencia le fue arrebatada por la Gestapo (policía secreta de la Alemania nazi) cuando fue capturado por ser judío durante la Segunda Guerra Mundial (Freire, 2021).

Como ya se ha mencionado, a pesar de la influencia y apoyo de Freud en su formación, Viktor no se dedicó al Psicoanálisis y se reorientó hacia la Psicología Individual de Alfred Adler; sin embargo, al no comulgar tampoco con las ideas de este último, es expulsado de la Asociación de Psicología Individual en 1927. Así, siguiendo sus convicciones, se abre paso en la Psicología Existencial; no obstante, tanto a Freud como a Adler siempre les profesó un gran respeto pues ambos fueron piezas fundamentales en su formación. En el año de 1930 se gradúa como médico y decide inmediatamente comenzar su formación en neurología y en psiquiatría, las cuales con-

cluye en 1936. Para 1937 abre su consultorio privado, y en 1940 es nombrado director de la sección de Neurología del Hospital de Rothschild, especial para pacientes judíos en Viena (Miramontes, s.f.).

Es importante mencionar que, a la par de su vida académica, el joven Frankl había encontrado en Tilly Grosser a la mujer con la que pensaba pasar el resto de su vida, casándose en diciembre de 1941, logrando una paz profesional y familiar. Sin embargo, esta tranquilidad interna no correspondía con la realidad externa, es decir, con la situación que se vivía en las calles de Viena, pues desde el 12 de marzo de 1938, con la proclamación del *Anschluss* (conexión o unión), Austria se anexaba a la Alemania de Hitler, quien sentía una repugnancia contra los judíos al considerarlos una raza inferior a la aria. Su propósito fue claro: eliminarlos (Freire, 2021).

A Caribdis le sorprendió conocer que los motivos de Hitler para la persecución judía fueron varios y se entristeció al saber que, entre estos motivos, destacaron: la firme creencia que los judíos eran los responsables de todos los males del mundo, que eran los causantes de la derrota de Alemania en la Primera Guerra Mundial, que eran personas avaras y tenían los mejores trabajos. Incluso supo que este odio no era por una cuestión religiosa, pues hubo judíos que se convirtieron al cristianismo pero, aun así, los seguía considerando judíos por herencia de sangre.

Bajo este contexto comenzó la persecución judía; primero, destruyendo las sinagogas (lo

que para los católicos representan las iglesias) y boicoteándoles sus negocios; después, limitándoles la movilidad y prohibiéndoles la entrada a parques, cines, escuelas, hasta prácticamente limitarlos a su hogar o, posteriormente, en *ghettos*. Y Viktor Frankl, junto con toda su familia, era judío. Por todo eso, empezó la migración judía hacia otros países de Europa y de América, sobre todo hacia Estados Unidos. Stella, su hermana, fue la única de la familia que pudo huir hacia Australia. Su hermano hizo un intento por refugiarse en Italia, sin embargo, fue descubierto y deportado junto con su esposa e hijos al campo de concentración de Auschwitz donde perdieron la vida (Freire, 2021).

A pesar de que Viktor consiguió una visa para viajar y emigrar a Estados Unidos (en donde podría poner en práctica la Logoterapia y tener ofertas de trabajo) no la utilizó puesto que sus padres no tenían forma de salir, así que decidió quedarse con ellos. Y en tan sólo unas semanas después de haber caducado dicho permiso, padres, esposa (quien estaba embarazada de su primer hijo) y él mismo, fueron capturados y deportados a diversos campos de concentración en septiembre de 1942 (Freire, 2021).

La tlacuachita se sentía angustiada con respecto al futuro de la familia en los campos de concentración: ¿a dónde los llevaron?, ¿permanecieron juntos?, ¿cuánto tiempo estuvieron encerrados? ¿qué hacían dentro del campo?, y muchas preguntas más... Pues bien, la familia fue trasladada a un campo de

concentración llamado Theresienstadt (el primero de cuatro para Viktor) en donde muere su padre. Dos años después, en 1944, el resto fue trasladado a Auschwitz II-Birkenau, en donde su madre muere en la cámara de gas. Viktor y su esposa fueron separados cuando a ella la mandan a Bergen-Belsen y a él a Dachau, en donde estuvo como preso en dos campos, primero en Kaufering III y, finalmente, en Türkheim, hasta su liberación por las fuerzas aliadas el 27 de abril de 1945 (Allport, 1991).

Poco antes de ser apresado estuvo a punto de publicar un manuscrito sobre la teoría de la Logoterapia al que le había dedicado años de investigación, y que guardó con él al momento de la detención, por temor a verlo perdido. Sin embargo, como él mismo comentó, nunca se imaginó (tampoco los demás presos) que al ingresar al campo se les iba a quitar todo, ¡absolutamente todo! y dicho manuscrito fue destruido en minutos frente a sus ojos por un oficial alemán. A pesar de esto, este hecho le permitió mantenerse lúcido frente a los síntomas del tifus (enfermedad muy frecuente en los campos de concentración debido a las malas condiciones de higiene). Uno de estos síntomas eran los ataques de delirio, así que Viktor, además de procurar no dormir y recitar conferencias a un público imaginario, comenzó a reconstruir el manuscrito en pequeños trozos de papel que lograba conseguir, en donde garabateaba en taquigrafía las palabras más importantes. Estas notas, junto con una copia que a un buen amigo suyo le había dado en resguardo, le sirvieron para rehacer su libro intitulado *Psicoanálisis y Existencialismo*, publicado después de la

liberación (Frankl, 1946/2021; Freire, 2021).

Durante el periodo de su cautiverio, Frankl fue testigo y partícipe de tantas injusticias y atrocidades que fue un común denominador ya no sentir nada. Los internos eran forzados a trabajos sin sentido e inhumanos, con hambre, a muy bajas temperaturas y sin abrigo. Diariamente eran obligados a formarse antes del amanecer para el conteo (pero no creas que preocupados por quienes huían -pues esto era muy poco probable- sino por las bajas ocasionadas por las muertes diarias suscitadas por las condiciones infrahumanas en las que se vivía dentro de los campos). Eran golpeados y sobajados; es más, los perros de los guardias eran mejor tratados y alimentados que ellos. No tenían comunicación con el exterior, así que resultaba inmensamente complicado saber de sus respectivas familias. Se vivía, literalmente, con la ilusión de que estas estaban bien y de los planes del “una vez que salga...” (Frankl, 1946/2021).

No obstante, una vez liberados los campos en 1945, los sobrevivientes se enfrentaron a la crisis de la liberación. Caribdis no entendía el por qué de esta crisis, pues pensaba que al ser libres entonces serían felices. Pero esto no fue así, pues Frankl se enfrentó a la noticia que tanto su madre, como su esposa y su hijo aún en el vientre habían muerto, al igual que la mayoría de sus amigos. En estas condiciones, comienza la redacción de *Psicoanálisis y Existencialismo*, el cual fue un gran éxito al contar con tres ediciones en el mismo año. Se casa por segunda vez y parecía estar recobrando un poco de su vida previa a la guerra y al encierro. Sin embar-

go, esto no sucedió completamente, sentía que algo más le faltaba... (Freire, 2021).

3. Surgimiento y desarrollo de *El hombre en busca de sentido*

Frankl sentía que las profundas heridas de lo vivido en los campos de concentración no estaban cerradas, y elige la catarsis (proceso liberador) como terapia, a través de decidir escribir sobre dicha experiencia. De esta manera, surge el libro que la pequeña tlacuachita tenía en sus manos: *El hombre en busca de sentido*. Este libro se publicó en 1946 y en sus primeras ediciones llevaba por nombre *Un psicólogo en un campo de concentración*. El mismo Frankl mencionó que este libro no era como los demás que se comenzaban a publicar después de la guerra, caracterizados principalmente por contar los horrores que se vivían dentro de los diferentes campos y por las vivencias personales por las que atravesaron (Freire, 2021).

Al tener como profesión la psicología y la psiquiatría, a Frankl (1946/2021) le interesaba darle respuesta a la pregunta: “¿cómo se veía afectada la psicología del prisionero por el día a día en un campo de concentración?”, es decir, su propósito era dar a conocer la forma en que el prisionero ordinario (porque había prisioneros que ostentaban cargos como guardias, gozaban de ciertos privilegios y, por cierto, podían ser muy crueles también) vivía en el campo y la forma en que esa vida influía en su psicología, en otras palabras, en sus emociones, pensamientos y comportamiento. Bajo este contexto, el libro lo divide en dos partes. La primera se desarrolla en tres fases, las cuales Frankl ha

clasificado en: *antes*, *durante* y *después* del encierro en el campo de concentración. Y en las tres busca identificar las emociones y sentimientos que se vieron afectados en los prisioneros. En la segunda parte expone los conceptos básicos de la Logoterapia.

A la primera fase, la denomina *Internamiento en el campo*, la cual también divide en subfases. La primera es “la estación de ferrocarril de Auschwitz”, es decir, describe cuando el prisionero llegaba al campo de concentración. El primer síntoma que identifica es el *shock*, pues llegaban a un lugar sin su familia, con la incertidumbre de qué harían ahí y, sobre todo, por cuánto tiempo. Aunque también reconoce el *shock* desde el inicio del traslado hacia el campo de concentración en los ferrocarriles (que, por cierto, eran de carga de ganado, completamente sucios y con malos olores) y en donde iban hacinadas ¡80 personas por vagón!, sin agua ni baño. Después de la primera selección y la desinfección (aquí le es arrebatado y destruido el manuscrito a Frankl) concluía esta subfase de reacción psicológica del prisionero.

En la subfase de “la existencia desnuda” el prisionero, previo a enviarlo a bañarse a las regaderas, se observa a sí mismo desnudo, solamente cuerpo. No posee nada más que su propia desnudez. En las primeras reacciones que observó se encuentran el humor macabro, que no era más que el reírse del hecho de que, por lo menos, les había tocado baño con agua y no con gas venenoso como en las cámaras de gas a las que, en cualquier momento, podían enviarlos.

Por otro lado, describe que se experimenta-

ba la curiosidad, la cual utilizaban como mecanismo de protección. La falsedad se refiere a poner en duda, incluso a refutar, recomendaciones médicas; por ejemplo, la calidad y cantidad de las horas de sueño para un óptimo desarrollo tanto físico como mental pues, a pesar de que un prisionero compartía entre nueve personas la misma “cama” (tablones de 2 x 2.5 metros) con tan solo dos mantas en el frío cruel del invierno, ¡lograban dormir! Esto lo relaciona con la capacidad de soportar.

“¿Lanzarse contra las alambradas?” se refiere a la idea constante del suicidio tras estar siendo violentados física y psicológicamente una y otra vez, pues las vallas se encontraban electrificadas. Sin embargo, al tener de todas maneras pocas probabilidades de sobrevivir al campo, la idea del suicidio se disipaba; de esta forma, se perdía el miedo a la muerte.

A la segunda fase psicológica de su ensayo, Frankl la denomina *La vida en el campo*, caracterizada por una apatía generalizada que conducía a una muerte emocional. Las sensaciones eran aún más dolorosas que en la primera etapa pues se relacionaban con la intensa añoranza del hogar y la familia. Al principio, el prisionero apartaba la mirada ante las crueldades cometidas a otros reos, lo cual es considerado una reacción normal; con el tiempo, entrando en esta segunda fase, ya no apartaba la vista. En este punto de su estancia en el campo, el prisionero carecía de emociones como repugnancia, piedad, indignación y horror; a través de esta insensibilidad, se creaba un escudo protector necesario para la supervivencia. Además de la apatía, se mostraba la anestesia emocional y

la sensación de que “a uno ya no le importa nada”.

Otra de las características de esta fase es la relacionada con el *hambre*; pues Frankl menciona que las conversaciones giraban en torno a la comida, a recetas y platillos favoritos. A estas alturas los prisioneros parecían esqueletos, así que las muertes se suscitaban por la severa desnutrición; de ahí que, en la mente del reo, siempre estaba el centrarse en el tema de la comida. Sin embargo, a pesar del vacío emocional, ni la política ni la religión dejaban de estar fuera de la vida del recluso. Para el recién llegado al campo, resultaban impresionantes las convicciones religiosas de los internos pues siempre se hacía oración y ritos religiosos improvisados en algún lugar dentro del barracón.

Aunque el prisionero había sido despojado de todo y no tenía motivos para experimentar la felicidad, el contemplar aunque fuera imaginariamente a su ser amado, lo hacía sentir feliz por un instante. En estas circunstancias no importaba si este ser amado seguía vivo, con el hecho de recordarlo era suficiente para seguir luchando y sobrevivir. Es decir, el amor los mantenía con ganas de seguir viviendo. Otra de las armas para sobrevivir era el humor (aunque apagado y de corta duración), así que dentro del campo el reo se las ingeniaba para reír, algunas veces imaginando escenas futuras una vez liberados, otras veces inventando y actuando historias divertidas.

La añoranza de la soledad representa otra característica psicológica de esta etapa; la buscaban al menos por unos instantes, pues no abundaban momentos de intimidad ni soledad.

El prisionero necesitaba estar solo para reconectar con sus pensamientos, aunque estos representarían melancolía al recordar a sus seres queridos y su vida previa al internamiento.

De igual forma Frankl observa una irritabilidad provocada, principalmente, por el hambre y la falta de sueño (pues para este momento, los barracones estaban infestados de pulgas y carecían aún más de condiciones mínimas de higiene). Asimismo, Frankl identificó un complejo de inferioridad en la mayoría de los prisioneros, pues en el pasado solían haber sido “alguien” a quien se les reconocía; ahora, dadas las condiciones en las que se encontraban y la forma en que eran tratados, eran reducidos a nada.

Finalmente, Frankl observa la libertad interior, que no es más que la libre decisión de buscar y darle sentido a la vida. Así que, aunque el ser humano se encontraba en un campo de concentración carente de toda posibilidad de sobrevivir, seguía poseyendo su capacidad de elección. En este punto, Frankl presenta un ejemplo relacionado con dicha capacidad. Menciona que hubo prisioneros que consolaban a otros con palabras de aliento y regalándoles su porción de pan. Frankl llegó a la conclusión de que al hombre se le puede quitar todo, menos *la libertad humana para elegir el propio camino*. Bajo este contexto, el hombre tiene la capacidad de decidir quién quiere ser y conservar su dignidad humana a pesar de las condiciones trágicas en las que pueda encontrarse. Esto le atribuye a la vida *intención y sentido*.

Caribdis se mostraba cada vez más sorprendida de todas estas características psicológicas que presentaban algunos prisioneros; y estaba

segura que, al leer la última fase relacionada con la liberación, todo mejoraría para ellos. ¡Pero cuál fue su sorpresa que no fue como lo imaginó! Esta tercera fase, denominada *Después de la liberación*, contempla las reacciones del prisionero nuevamente en libertad. Tras el estado de ansiedad prevaleciente en las dos primeras fases, le seguía un estado de relajación total. Se pensaría que al ser libres se volverían locos de alegría, pero no fue así; no les resultó fácil comprender y apropiarse de su nueva condición. A esto se le llama despersonalización. Aún creían que la libertad no les pertenecía. Se había perdido la capacidad de sentir alegría y comenzaban un proceso para aprender a sentirla de nueva cuenta. No creían que su libertad fuera verdad.

En estas circunstancias, el hombre liberado necesitaba de atención psicológica porque también corría peligro después de la liberación, sobre todo porque ésta se había producido de forma abrupta. En esta fase también Frankl describe la deficiencia moral, que es la repetición de conductas aprendidas en cautiverio, principalmente las relacionadas con la influencia de la brutalidad y la agresividad. Así, se dio cuenta que algunos exprisioneros, ya en libertad, se resistían a seguir las reglas sociales, comportándose de forma arbitraria y sin escrúpulos. . Ahora, muchos de ellos pasaron a ser los opresores, siempre justificando su proceder por la forma en que habían sido tratados durante el cautiverio.

Otras dos características psicológicas identificadas por Frankl en esta fase posterior a la liberación fueron la amargura y el desencanto.

La primera es consecuencia de las decepciones que el hombre liberado sufría al querer volver a la vida anterior, relacionadas con la indiferencia de las personas que no habían estado en campos de concentración y que no entendían por lo que los exprisioneros habían pasado, comentando que no estaban enteradas o que ellas mismas, en distinta forma, también habían vivido y sufrido la guerra. Es decir, se minimizaba su sufrimiento. Por otro lado, la experiencia del *desencanto* se relaciona con la crueldad pero del destino, pues a pesar de creer haber pisado fondo en su sufrimiento, se daban cuenta que podían seguir sufriendo aún más al conocer que habían perdido todo: sus seres amados y queridos. Hubo a quienes ya no los esperaba nadie.

En la segunda parte de su libro, Frankl expone conceptos básicos de la Logoterapia, pues fue una petición de los lectores. En ella, hace una diferencia entre la Logoterapia y el Psicoanálisis, mencionando que mientras en este el paciente se recuesta en un diván y cuenta cosas que no le son agradables de contar, en la Logoterapia el paciente permanece bien sentado y escucha cosas que no le son agradables escuchar. La Logoterapia se basa en el sentido, es decir, el paciente se enfrentará con el sentido de su vida; la Logoterapia se dirige hacia el futuro.

En este momento, la pequeña tlacuachita cerró el libro y suspiró hondo...

4. Principales enseñanzas de *El hombre en busca de sentido*

Así, haciendo una pausa en su lectura y, su-

mergida en sus reflexiones, Caribdis se volvió a cuestionar: -Pero a todo esto, ¿qué es el sentido?, ¿qué es lo que nos deja este libro como aprendizajes de vida?- y, lo que más le intrigaba: -¿cómo puedo encontrar un sentido para mi vida?- Inmersa en estas reflexiones y motivada por conocer las respuestas a estas dudas, regresó ávidamente al libro y a su lectura.

¿Por qué estas enseñanzas son importantes?

El primer punto que es necesario subrayar es que las ideas y la teoría que Frankl tenía, desde antes que entrara a los campos de concentración, sobre cómo es el ser humano y la forma en que se comporta, las pudo corroborar durante el tiempo que vivió esas duras experiencias, como en un “laboratorio viviente” como él mismo le llama. A través de las vivencias de sus compañeros y las propias; con la credibilidad ganada por el hecho de no sólo observar un fenómeno sino además vivirlo en carne propia y, por lo mismo, enfrentarse a las críticas por arriesgarse a ser subjetivo y, por tanto, a no ser “neutral” en sus observaciones y en sus conclusiones, Viktor Frankl plasmó un brillante análisis de la vida psicológica de los prisioneros en un campo de concentración (Freire, 2021). Pero aún más, precisamente por las mismas circunstancias, sus conclusiones le permiten afirmar que lo que vive un ser humano en condiciones extremas puede servir para ayudar a cualquier persona que pase por situaciones adversas y complejas en su vida, de cualquier tipo. Esto es lo que permite generalizar los aprendizajes plasmados en el libro y aplicarlos a nuestra vida

cotidiana; esta es la gran riqueza del libro y lo que lo hace universal: el impacto en las personas más allá del ámbito de la psicología especializada.

Pero, en resumen, en términos concretos y sencillos, ¿de qué habla el libro?, ¿qué nos enseña? Básicamente, se centra en el significado de la existencia humana y en la búsqueda del sentido de su existencia, sobre todo, ante situaciones totalmente adversas a las que hubiéramos deseado. Recordemos que, para el Análisis Existencial y la Logoterapia, la voluntad de sentido es la principal motivación del ser humano, en contraposición a otras diferentes posturas. Pero profundicemos en qué es el sentido y el sentido de vida.

El sentido y el sentido de vida

Como ya hemos venido comentando, de todos los conceptos que nos muestra vivencialmente el libro, el más importante, el que se reconoce como la esencia de la propuesta psicológica del Análisis Existencial y la Logoterapia, es el sentido. ¿Y qué es el sentido para Frankl?

La verdad es que, a pesar de que en lo cotidiano se tiende a pensar en el sentido, y más en el sentido de vida, como algo muy complejo, filosófico y abstracto, para Frankl es algo mucho más simple y concreto. Hablemos primero de lo que no es. Para Frankl, el sentido de vida NO es una filosofía de vida o un conjunto de creencias, o una visión global o espiritual que lleve a la búsqueda de una trascendencia en la existencia. No. Para Frankl, tener un sentido es tener algo o alguien, hacer algo, tener comportamientos concretos, cotidianos, que sean valio-

sos para nosotros y hacia los cuales dirijamos nuestra vida. Ya pusimos el ejemplo de someterse a una terapia necesaria, por dolorosa que sea, para recobrar la salud. Pero también podría hablarse de metas y objetivos simples hacia personas, cosas o situaciones, por los cuales día con día nos despertemos y levantemos, que nos sirvan de justificación e, inclusive, de finalidad para vivir. Algunos ejemplos serían: orientarnos hacia un compromiso que hemos hecho y que nos interesa cumplir; una persona que amemos ya sea pareja, familia, hijos y/o amigos; una ilusión o un sueño por el cual trabajemos y nos esforcemos por hacer realidad, un proyecto que nos propongamos concluir, una causa a través de la cual brindemos apoyo a otros, la religión, un *hobbie* o entretenimiento que nos apasione o por lo menos nos guste y lo disfrutemos; admirar la naturaleza con su simpleza y complejidad a la vez, como una flor, la lluvia, etc.; disfrutar el sentido del humor; la gratitud, tomándola como una forma de enfocarnos en todo lo que tenemos más que en lo que nos falta e, inclusive, tal y como lo describe maravillosamente Frankl, simples recuerdos, imágenes o nostalgias de un pasado que disfrutamos alguna vez y podemos seguir haciéndolo a través de nuestra mente. Cualquiera de estos, y muchos más, podrían ser razones, cosas, personas o circunstancias que den sentido a nuestra vida (Frankl, 1946/2021, Freire, 2021).

De hecho Gordon Allport (1991) menciona, en el Prefacio a la edición norteamericana del libro *El hombre en busca de sentido*, que Frankl solía hacer a sus pacientes una pregunta, cruda pero muy necesaria para ayudarlos a resolver

sus problemáticas y a encontrar el sentido todavía no percibido que tenían sus vidas: -¿por qué no se suicida Usted?-. Quizá, en nuestra experiencia no utilizaríamos tan fácilmente esa pregunta tan directa, pero sí proponemos esta otra: -¿qué hace que la vida sea digna de ser vivida para ti?-.

Independientemente de la forma en que te llegaras a hacer esa pregunta, la verdad es que Frankl creía firmemente que es necesario motivar, en todo ser humano e inicialmente en uno mismo, la maravilla de vivir por muy negativas y desfavorables que sean las circunstancias que nos rodeen. El sostenía que toda buena psicoterapia debe llevar al paciente a darse cuenta de aquello que anhela profundamente, puesto que sólo puede ayudarnos a sobrevivir, en cualquier condición, el saber que la vida tiene un sentido, una razón de ser.

Como ya vimos en algunos de los ejemplos mencionados anteriormente, sobre cosas que suelen dar sentido a la vida de las personas se considera que, para encontrar nuestro propio sentido, es importante tener muy claro y valorar la enorme importancia de las metas, los propósitos y los objetivos en la vida. Independientemente de que, teóricamente, esos tres conceptos puedan tener significados diferentes, es verdad también que se refieren a cosas que se proponen y se dirigen al futuro; en ese aspecto son muy similares.

Frankl (1946/2021) postula el concepto de “existencia provisional” a través del cual establece que, vivir de forma indefinida, sin metas, sin un futuro hacia el cual dirigirse, no permite que un individuo tenga bienestar ni plenitud. Vi-

vir en esta “existencia provisional” tiene relación con la desesperanza en donde, si no hay una visión o algo agradable y positivo que esperar y mirar en el futuro, la vida se vuelve sin sentido y, por tanto, carente de valor. De hecho Frankl afirma que, en los campos de concentración, los prisioneros que perdían la fe en el futuro, en especial en su propio futuro, tenían menos posibilidades de sobrevivir. Por ello, una forma primordial para establecer un sentido, es proponernos metas.

Otro tema a subrayar en la búsqueda de aquello que puede darnos sentido, son los valores. Y para Frankl estos se refieren, también de forma sencilla y concreta, a que tengamos muy claro qué es importante para nosotros y qué no lo es, qué cosas tienen más y menos valor en nuestras vidas y, por tanto, esto nos irá guiando hacia detectar y darnos cuenta de las cosas que realmente tienen un sentido para nosotros. Podremos vivir por y para aquello que vale más para nosotros.

Para concluir esta primera y gran enseñanza del libro, Frankl recomienda no buscar, en primera instancia, la felicidad o estar y sentirnos bien, o esperar a que la misma vida nos muestre su sentido para lograr esa felicidad. No. El sugiere buscar, en primer lugar, cosas que sean valiosas en nuestra vida y que, de forma complementaria, siempre vendrá ese bienestar y felicidad que todos y todas deseamos.

El sufrimiento

Aunque su interés por el análisis y el papel del sufrimiento en la vida humana ya lo acompañaba desde antes de su internamiento en los

campos de concentración, es obvio que esos años de prisionero le ayudaron no sólo a incrementar ese interés, sino a estudiarlo profunda y vivencialmente. Sin embargo, algunos de sus estudiosos destacan que, a pesar de este interés por el sufrimiento, los libros de Frankl no son pesimistas, sino por el contrario, siempre guían hacia una construcción positiva y siempre esperanzadora de las condiciones más adversas por las que pueda pasar cualquier ser humano (Allport, 1991). Este enfoque esperanzador es, también, uno de los mayores aportes que podemos encontrar, en especial, en *El hombre en busca de sentido*.

Pero esa trascendencia del sufrimiento, que inclusive puede llegar a dejar de sentirse como tal, sólo puede ocurrir cuando, al igual que a la vida en general, le encontramos un sentido, un valor, o una meta que cumplir con ese sufrimiento. Hay que recordar esa máxima que se le atribuye a Buda: “El dolor es inevitable, el sufrimiento es opcional”, es decir, nada ni nadie puede evitar que vivamos situaciones que causen dolor, físico o emocional, pues somos seres humanos, pero sí podemos decidir si ese dolor se convierte en un sufrimiento o se queda sólo en dolor. Esto nos aclara que, algo básico para lograr trascender y vencer el sufrimiento, es la actitud con la que enfrentemos las adversidades (Freire, 2021).

Frankl nos recuerda (y podríamos asegurar que, como seres humanos, todos hemos tenido o tendremos alguna experiencia así en nosotros mismos o en otros), que ante grandes adversidades es cuando mostramos toda la capacidad, fortaleza o resiliencia, de sobreponernos y de

demostrarnos, sobre todo ante nosotros mismos, el potencial que tenemos de transformar el sufrimiento y el pesar, en logro (1946/2021). Un inmejorable ejemplo de esto fueron los tres años de pandemia por Covid-19 y las circunstancias adversas que los acompañaron y que, en mayor o menor grado, todos vivimos y a los cuales logramos sobrevivir. Lo hicimos debido a la actitud con la que decidimos enfrentar el sufrimiento y la situación que lo generó.

La responsabilidad

Y, en enorme vínculo con lo anterior, es importante hablar de otro más de los elementos que el existencialismo aporta al Análisis Existencial y a la Logoterapia: la responsabilidad. Puesto que el hombre es dueño de sí mismo, es totalmente responsable de lo que es y lo que hace, por tanto, de sus decisiones. Por ello, dado que la vida está compuesta por cada una de las decisiones que estamos tomando en todo momento, Frankl asegura que a un ser humano pueden quitarle absolutamente todo, como lo vio y vivió en los campos de concentración, menos su libertad y su capacidad de decidir qué actitud va a tomar ante esas situaciones. Por eso, también la Logoterapia afirma que uno de los elementos esenciales de la vida humana es la capacidad de ser responsables, y que uno de los grandes compromisos de un psicoterapeuta es trabajar en fomentar y hacer más conscientes a los pacientes de sus responsabilidades, así como de cumplir con ellas.

La libertad

Puesto que todos los elementos existencialistas están íntimamente relacionados, la liber-

tad está también inmersa profundamente en los aprendizajes del libro. No podemos valorar, ponernos metas o propósitos, estar decidiendo en cada momento, ni elegir con responsabilidad cuál es el sentido de nuestra vida, sin tener la capacidad de ser libres. La realidad es que el ser humano tiene la enorme posibilidad de tomar decisiones sobre muchos aspectos de su vida, pero es cierto también que hay muchas circunstancias sobre las que esto no es posible. Sin embargo, al final, la persona siempre tendrá la posibilidad y será libre de decidir cómo afrontar y con qué actitud va a enfrentar todas sus circunstancias, tanto las que estén bajo su control como las que no.

Quisiéramos concluir con estos párrafos del libro que ejemplifican la esencia de la teoría logoterapéutica y en donde Frankl, uniendo magistralmente su visión profesional con una vivencia profundamente personal, describe el alcance de su percepción de la existencia humana:

Los que estuvimos en campos de concentración recordamos a los hombres que iban de barracón en barracón consolando a los demás, dándoles el último trozo de pan que les quedaba. Puede que fueran pocos en número, pero ofrecían pruebas suficientes de que al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias— para decidir su propio camino.

Y allí, siempre había ocasiones para elegir. A diario, a todas horas, se ofrecía la oportunidad de tomar una decisión, decisión que determinaba si uno se sometería o no a

las fuerzas que amenazaban con arrebatarse su yo más íntimo, la libertad interna; que determinaban si uno iba o no iba a ser el juguete de las circunstancias, renunciando a la libertad y a la dignidad, para dejarse moldear hasta convertirse en un recluso típico.

Conclusiones.

Y así, Caribdis llegó al final del libro... y, reflexionando profundamente, comenzó a escribir sus conclusiones: El análisis existencial y la logoterapia han aportado grandes contribuciones a la corriente humanista de la psicología actual, brindando explicaciones y técnicas de intervención psicoterapéuticas que brindan explicación y solución a muchas de las problemáticas que aquejan al ser humano en los tiempos actuales. En especial, porque muchas de estas dificultades tienen una raíz esencialmente filosófica y espiritual: la pérdida o ausencia de sentido, la desesperanza, la soledad y el vacío aún viviendo rodeados de gente, ansiedades difusas, pérdida del contacto y el temor a profundizar con otro ser humano, el consumismo que deshumaniza, etc. Estas son las principales aportaciones de este libro a la ciencia y a la vida humana: una oportunidad de acercarnos a entender y poder responder algunas de las grandes preguntas o hipótesis que podemos formularnos acerca de nuestra vida, como la razón o el sentido por el que estoy aquí, en este momento.

Al llegar a este punto, Caribdis reconoció que el libro es un bálsamo para que los seres humanos recuperen la confianza en sí mismos; en que se tiene la fortaleza, la resiliencia y la capacidad de salir adelante de cualquier cir-

cunstancia, por más adversa y difícil que pueda ser; teniendo la certeza de poder transformar la tragedia, la enfermedad y el fracaso en un triunfo personal y en un logro humano. Y el libro muestra, además, que la fortaleza del espíritu es más fuerte que la fuerza física, y que la supervivencia debe ser también del alma y no sólo del cuerpo.

Como conclusión final, Caribdis recordó otra cita de Frankl: “Fundamentalmente, pues, cualquier hombre podía, incluso bajo tales circunstancias, decidir lo que sería de él —mental y espiritualmente—, pues aún en un campo de concentración puede conservar su dignidad humana”.

Referencias.

- Allport, G. W. (1991). Prefacio. En V. Frankl, *El hombre en busca de sentido* (12ª ed., pp.6-10). Herder. <https://gualaguaychu.gov.ar/apps/dashboard/ftp/biblioteca/62/62.pdf>
- Frankl, V. (2021). *El hombre en busca de sentido* (3ª ed., 14 imp.). Herder. (Obra original publicada en 1946).
- Freire, J. B. (2021). Prefacio. En V. Frankl, *El hombre en busca de sentido* (3ª ed., 14 imp., pp. 9-27). Herder. (Obra original publicada en 1946)
- Miramontes, F. (s.f.). La tercera escuela vienesa de psicoterapia: una revisión más allá de Frankl. En M. T. Lemus de Vanek (2013). *Más allá de Frankl: Allers y Schwarz. La tercera escuela vienesa de psicoterapia*. Logo foro. <https://logoforo.com/mas-alla-de-frankl-allers-y-schwarz-la-tercera-escuela-vienes-de-psicoterapia/>
- Vargas Nájera, V. M., Calvillo Ríos, C. A., Náñez Juárez, A. P., & Muñoz Domínguez, M. O. (2022). Conciencia de finitud y sentido de vida. Una mirada existencial a partir de la pandemia por COVID-19. En A. M. Martínez Jerez, G. I. Ceballos Álvarez, & J. A. Pérez Cruz (Coords.). *Retos y oportunidades de una pandemia. Reflexiones en torno a los aprendizajes a*

Autoras:

Ana María Martínez Jerez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Miembro del cuerpo académico “(UAT-CA-177) BIENESTAR ECONÓMICO Y SOCIAL CAC”

ajerez@docentes.uat.edu.mx

Guadalupe Isabel Ceballos Álvarez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Miembro del cuerpo académico “(UAT-CA-177) BIENESTAR ECONÓMICO Y SOCIAL CAC”

gceballos@docentes.uat.edu.mx



CON EL AMOR NO BASTA. CÓMO SUPERAR MALENTENDIDOS, RESOLVER CONFLICTOS Y ENFRENTARSE A LOS PROBLEMAS DE LA PAREJA

Autores: Oscar Orlando García Cruz; Camila Valeria Montalvo Jiménez



Una buena noche, después de leer y leer, Caribdis encontró un libro con un título curioso “*Con el amor no basta. Cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de la pareja*”, de inmediato llamo su atención, ya en algunas ocasiones había escuchado a sus benefactores hablar de forma entusiasta sobre algo que llamaban amor, por ello, se emocionó, ¡por fin entenderé el entusiasmo que provoca este tema! -pensó-. Antes de iniciar la lectura, escalo la alacena para tomar una rebanada de pan de caja, ya con ella asida a la cola, volvió a subir por los estantes hasta llegar al libro, y empezó a leer toda la noche.

¿Quién es Aaron Beck?

Caribdis se preguntó ¿Quién es A. Beck? Así, con curiosidad decidió investigar su biografía.

A. Beck nació en 1921 y falleció en el 2021, su contribución en la Psicología es la terapia cognitiva. Como psiquiatra y psicólogo, fue profesor y catedrático de psiquiatría de la Universidad de Pensilvania, y es conocido por

desarrollar la terapia cognitiva diseñada para el tratamiento de la depresión, la cual se acabó aplicando a otros trastornos psicológicos, asimismo, fungió como presidente del Instituto Beck en la terapia cognitiva y de investigación.

Caribdis en base a la biografía de Beck, reflexionó que en ocasiones los contextos determinan el desarrollo y creaciones de una persona.

De tal manera, investigó la relación de la terapia cognitiva con el ámbito personal de Beck, por ejemplo, el hecho de tener dos hermanos mayores fallecidos ocasionó que su madre experimentará depresión por años, por otra parte, él padecía fobias como a la sangre, a la asfixia y a los túneles. Cuando publicó su primer libro en 1967, "Depression: Causes and Treatment", Beck estaba levemente en depresión y reflexionó en la escritura como una especie de auto terapia.

Caribdis concluyó que cuando una persona también propone teorías puede hacerlo con base a su situación personal.

Por otro lado, A. Beck trabajó directamente con pacientes depresivos y encontró que los individuos ante las situaciones que vivían presentaban pensamientos negativos que surgían de sus imaginaciones, naturalmente los denominó pensamientos automáticos o negativos, que son ideas fuera de nuestra realidad, suposiciones que no son coherentes a nuestra realidad, creando una distorsión en nuestra forma de ver, pensar y sentir alguna situación que se vive.

Con el amor no basta. Cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de la pareja

Caribdis inicia la lectura del libro y descubre que Beck plantea como introducción en su obra su vida profesional al estudio de los problemas del pensamiento en las personas que presentaban ansiedad y depresión, así como los trastornos de pánico. Durante décadas atendió muchos matrimonios y algunas parejas que convivían en relación de noviazgo. En muchos casos atendidos estas relaciones de pareja originaban los síntomas de ansiedad y depresión. Al prestar atención a dichos problemas de pareja encontró que tenían distorsiones cognitivas e impactaban en su relación como tensión y enojo, y las parejas tendían a fijarse en lo negativo, descuidando los aspectos positivos.

Por otro lado, Beck trabajó directamente con pacientes depresivos e identificó que los individuos ante las situaciones que vivían presentaban pensamientos negativos que surgían de sus imaginaciones a los cuales denominó pensamientos automáticos o negativos, integrados por ideas o suposiciones formadas, fuera de su realidad, por lo que no eran coherentes con ella creando una distorsión en la forma de ver, pensar y sentir ante alguna situación vivida.

Beck al identificar las distorsiones cognitivas a nivel personal y en las relaciones de pareja, detectó que en el matrimonio sucedían situaciones como expectativas ilusorias, co-

municación inadecuada e interpretaciones prejuiciosas.

Caribdis empieza a sentir mayor curiosidad y empieza a leer cómo se desglosa el libro. Como primer punto se abordan los valores fundamentales del matrimonio con la finalidad de favorecer una buena relación en pareja sentimental o de matrimonio como son cooperación, compromiso, lealtad, fidelidad, confianza e hipótesis de buena voluntad y beneficio de la duda.

Después, se describen los problemas o dificultades que se pueden presentar en la relación de pareja como calidad del tiempo en común, división del trabajo, crianza de los hijos, relación sexual, problemas con parientes políticos, problemas de presupuesto.

Luego prosigue con el poder del pensamiento negativo en la relación de pareja que aborda las distorsiones cognitivas que es la manera en que la pareja elabora juicios y toma decisiones y cómo se interpreta o malinterpreta las acciones del otro, posteriormente se aborda el tema de la terapia cognitiva de pareja que son las estrategias desde el enfoque cognitivo planteado por el autor.

Finalmente, con el fin de ayudar a los lectores a determinar sus problemas matrimoniales se incluyen cuestionarios con la finalidad de conocer su perfil cognitivo, así como usar y concretar los problemas específicos de pareja y tener un diagnóstico matrimonial.

En relación a "Con el amor no basta", Caribdis, la tlacuachita ignorante, comienza a enfrentar la cruda realidad de que el amor, aun-

que importante, no es suficiente para resolver todos los problemas. Al principio, Caribdis creía que amar con todo el corazón bastaría para hacer que las cosas funcionaran, pero pronto se da cuenta de que las relaciones son mucho más complejas de lo que había imaginado. La inocencia de su juventud la hace idealizar el amor, pensando que, si dos personas se aman, todo lo demás caerá en su lugar.

Un día, sentada a la orilla de un río, mientras el sol se pone ante sus ojos, Caribdis murmura para sí misma:

"Siempre creí que, si se ama lo suficiente, la relación de pareja puede funcionar de maravilla. Que todo lo malo se puede alejar, solo con la fuerza del amor... pero... ¿y si no es así? ¿Qué pasa cuando el amor solo no basta?"

La duda comienza a instalarse en su corazón. Ella sabe que algo ha cambiado, pero no sabe cómo ponerle nombre. El amor no es la respuesta a todas las preguntas, ni la solución a todas las tensiones que surgen cuando se trata de dos personas que intentan compartir sus vidas. La realidad es que las relaciones requieren mucho más que la emoción del enamoramiento. Requieren comprensión, respeto, esfuerzo y una constante disposición al compromiso.

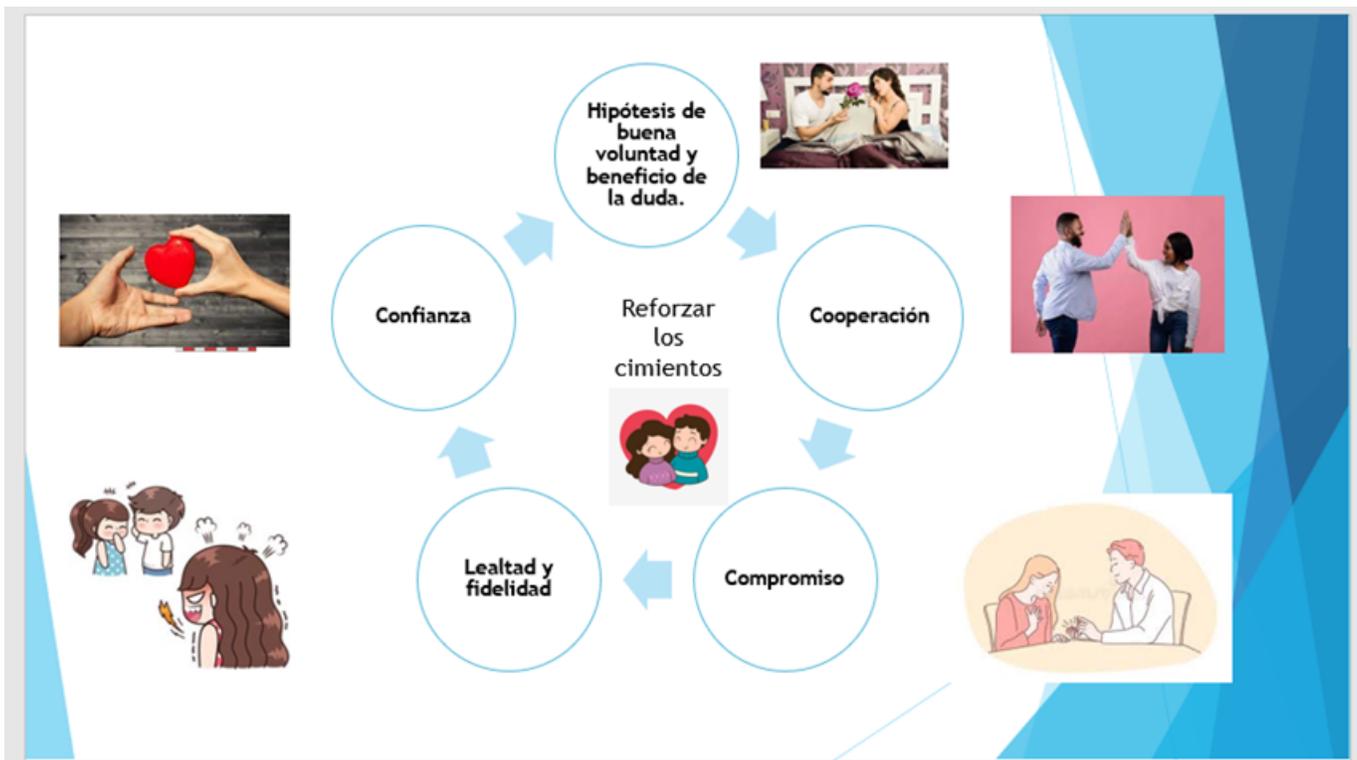
Caribdis se encuentra pensando "¿Por qué las cosas no funcionan, a pesar del amor que se siente?", se pregunta mientras observa las estrellas que empiezan a brillar en el cielo. En ese momento, llega a una conclusión, aunque

aún vacilante e inicia nuevamente a leer los valores fundamentales del matrimonio.

Valores fundamentales del matrimonio

Beck describe que el amor solo no es suficiente para proporcionar lazos que unen a una relación, los elementos como la cooperación, compromiso, lealtad, fidelidad, confianza e hipótesis de buena voluntad y beneficio de la duda ayudan a reforzar los cimientos en pareja con la finalidad de una consolidación estable y duradera (Ver Figura 1).

Figura 1. Valores fundamentales del matrimonio



Elaboración propia.

Cooperación

Implica complacer al cónyuge y el solucionar los problemas. Implica identificarse con el otro, de manera que los placeres de uno son compartidos con el otro, y las penas de uno son sentidas por el otro. En una relación madura los intereses y las metas pueden diferir, pero, pueden negociarse y dejar de lado su interés especial propio.

Compromiso

Se refiere a la seguridad de permanecer en el matrimonio cualesquiera que sean las dificultades. Implica unión y dedicación al bienestar y a la felicidad mutua.

Lealtad

Consiste en la dedicación a los intereses del cónyuge e incluso en primer lugar. Implica apoyar y defender al cónyuge en momentos de adversidad como aliado.

Fidelidad

Lealtad y fidelidad sexual, es decir, mantener exclusividad hacia tu cónyuge.

Confianza

Implica la firme convicción de que la pareja tiene presente sus intereses, por lo que no lastimaría de manera intencional a su cónyuge y estaría disponible cuando lo necesitara.

Hipótesis de buena voluntad y beneficio de la duda

Aunque ambos miembros de la pareja muestran buenas intenciones en desear ser atentos y amables, las comunicaciones equivocadas y la estructura errónea puede hacer que dichas intenciones queden descartadas y que el cónyuge infiera en que el otro tiene motivos ocultos. Por ejemplo, una esposa que se siente ofendida puede pensar que, aunque las acciones de su marido fueron erróneas y la lastimaron, ella cree que su esposo no tenía la intención de hacerle daño, sino que actuó de esa forma sin querer lastimarla. En otras palabras, aunque su comportamiento fue negativo, ella supone que sus intenciones eran buenas.

"No es suficiente solo con querer. Querer no te da las respuestas a las preguntas complicadas de la vida. Querer no te da el valor para afrontar los silencios incómodos, ni el coraje para enfrentar las dificultades."

Estas palabras resuenan en su mente.

Caribdis comienza a entender que el amor no puede llenar todos los vacíos. El amor necesita estar acompañado de acciones, de decisiones que permitan que la relación se mantenga sana y equilibrada.

"El amor es solo el principio, no el final", reflexiona, "y lo más importante no es el amor en sí, sino cómo se cuida y se nutre en la relación de pareja. Con honestidad, compartir las inquietudes, temores, incomodidades el amor se apaga como una llama sin oxígeno."

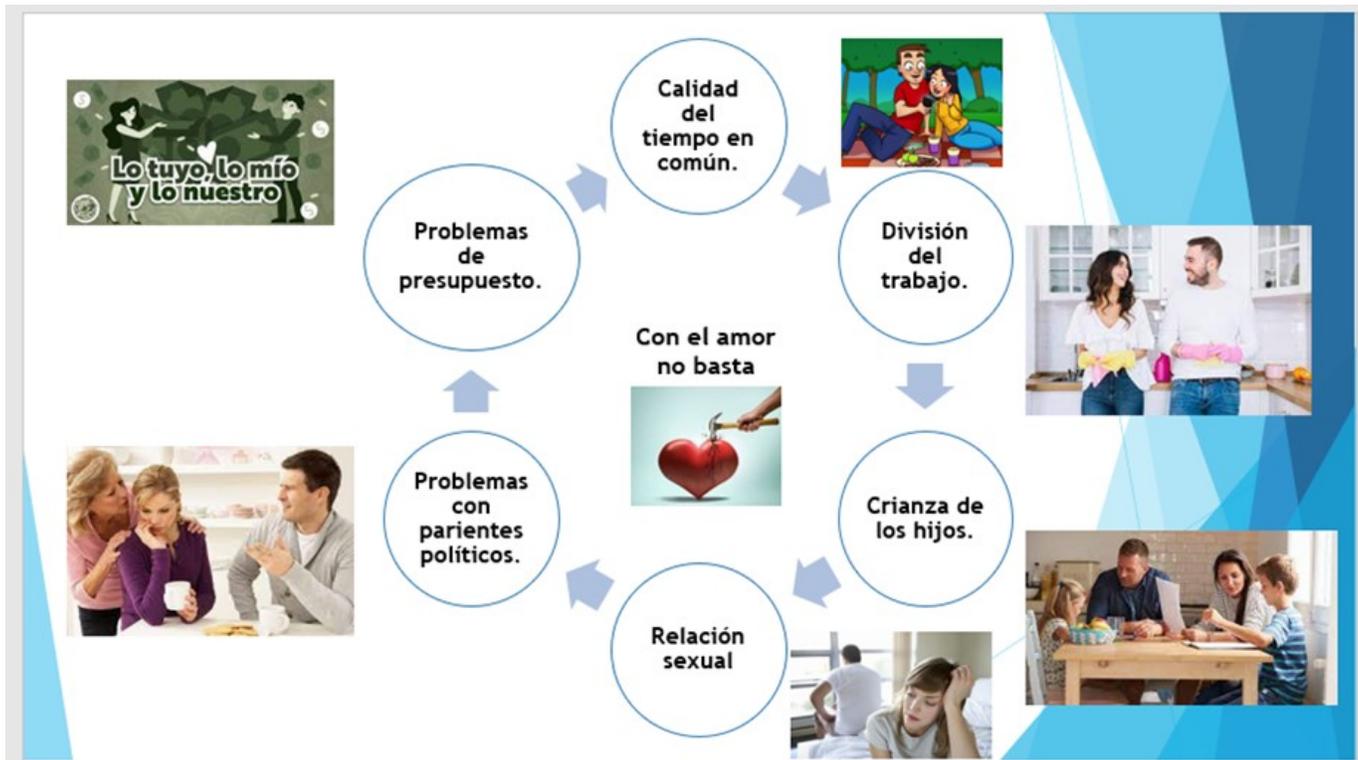
A medida que la reflexión avanza, Caribdis entiende que, a veces, el amor puede ser la fuerza que impulsa a mejorar, a ser mejores personas. Pero, en ocasiones, también puede ser una ilusión que oculta lo que realmente necesita atención: la comunicación, la sinceridad, el respeto por las diferencias. En su pensamiento, se da cuenta de que cuando las expectativas de amor idealizado no se cumplen, es fácil caer en la frustración y la tristeza, sin darse cuenta de que lo que hace que una relación funcione es la capacidad de los implicados para comprometerse a enfrentar juntos las dificultades, por lo que empieza a tener curiosidad en leer los problemas o

dificultades que se pueden presentar en la relación de pareja.

Problemas o dificultades que se pueden presentar en la relación de pareja

Vinculado a la conciliación o conflicto en pareja, Beck señala problemas específicos que se pueden presentar en una relación y que pueden manifestarse en desacuerdos que amenazan la relación de pareja como son: calidad de tiempo en común, división del trabajo, crianza de los hijos, relación sexual, problemas con parientes políticos, problemas de presupuesto (Ver figura 2).

Figura 2. Problemas o dificultades que se pueden presentar en la relación de pareja.



Elaboración propia.

Calidad del tiempo en común

Se refiere a que las parejas se quejan de que no tiene tiempo suficiente juntos, sin embargo, Beck afirma que el problema reside más en cómo pasan dicho tiempo. Por ejemplo, las discusiones pueden perjudicar la relación, sin embargo, lo más destructivo es no poner atención en complacerse el uno al otro en casa, comidas o convivios.

División del trabajo

Se refiere a los conflictos de quién debe atender que obligaciones en la familia, el rol a desempeñar en específico y de responsabilidad para cada integrante de la pareja. Sin embargo,

las parejas pueden perder su punto de vista de los objetivos establecidos y pueden no llevarse a cabo al valorar las aportaciones de cada uno.

Crianza de los hijos

Son las actitudes que guían a las personas en la crianza de los hijos, son aprendidas por la manera en que fueron tratadas cuando fueron hijos. Algunas personas siguen el ejemplo de sus padres y otros no están de acuerdo en seguir dicha crianza.

Relación sexual

Se refiere a la expectativa de la actividad sexual a través del mensaje simbólico se interpretará como una pérdida de intimidad o amor, esto puede contribuir a la ansiedad, desilusión o enojo, por ejemplo, una esposa puede tener la creencia de no estar complaciendo a su esposo al no querer tener relaciones sexuales con frecuencia como él desea y que puede ser inadecuada. El esposo, puede preocuparse al no tener relaciones sexuales y pensar que su capacidad sexual está disminuida y su pareja puede menospreciar su virilidad, por lo tanto, lo puede llevar a una disfunción sexual.

Problemas del presupuesto

El presupuesto en la familia es la raíz del interés en ambos que representa su estabilidad financiera, por lo tanto, se espera la cooperación en la pareja. La pareja necesita admitir en que utiliza el dinero para no limitar-

se de manera mutua, desafiarse o emplear castigos.

Problemas con parientes políticos

Se refiere al interés emocional de un miembro de la pareja por su familia de origen, y la pareja puede sentirse ofendido por la atención que se le presta a los padres o familiares del otro integrante de pareja. Por ejemplo, tu cónyuge insiste en ir todos los domingos con sus padres y nunca preguntar si quiere asistir y llegar al punto de ignorar la opinión y si se opone a dicha petición se puede provocar el enojo.

En voz baja, Caribdis se dice a sí misma:

"He pensado tanto en el amor como un todo mágico... pero, tal vez, el amor real es el que se construye paso a paso, el que se cuida con paciencia, el que se prueba en las adversidades. No se trata de una chispa instantánea, sino de una llama que se alimenta cada día."

Por un instante, se siente triste, pero también aliviada. Caribdis ahora sabe que las relaciones no son perfectas, que no siempre estarán llenas de emoción, pero que eso no las hace menos valiosas. El amor no basta, pero sí es la base sobre la que se pueden construir muchas cosas, si se tiene la madurez para entenderlo y la valentía para cuidarlo.

Finalmente, Caribdis se deja llevar por el viento de sus pensamientos. "Es cierto, el amor no basta... pero con el compromiso, la honestidad y el respeto mutuo, podemos encontrar algo mucho más grande que solo un

sentimiento: podemos encontrar una razón para seguir caminando juntos, día tras día." Y a propósito de los pensamientos de Caribdis, inicia a leer como el poder del pensamiento negativo se puede presentar en la relación de pareja.

El poder del pensamiento negativo en la relación de pareja

Beck argumenta que existen trampas mentales capaces de complicar las relaciones de pareja. Estas deformaciones ocurren de manera automática y pueden suceder en un corto tiempo. Las parejas pueden ser víctimas de las siguientes:

Visión restringida

Las personas ven sólo que se adapta a su actitud o estado mental e ignoran lo demás. Por ejemplo, se aferran a un único detalle como base para la interpretación total de un hecho y se minimizan otros detalles importantes. Por ejemplo, una pareja decide celebrar su aniversario de casamiento. Durante el viaje mantenían una conversación agradable hasta que surge un desacuerdo referente a que ruta tomar. Dicho desacuerdo, provocó disputa en las acusaciones de incompetencia y autoritarismo por otro.

Abstracción selectiva

Se relaciona con la visión restringida está la toma de una declaración o un hecho fuera de contexto, para llegar a una interpretación errónea. Por ejemplo, una esposa relata a los

amigos, la experiencia vivida en el hospital para el nacimiento de su hijo. Contó un divertido momento en el cual todo parecía salir mal y el esposo no comprendió el sentido de la anécdota y llegó a un resentimiento injustificado hacia su mujer.

Deducción arbitraria

Con base a la deducción arbitraria se puede describir como el prejuicio de una persona y que puede ser tan enérgico que se forma una impresión negativa, a pesar de no haber un sustento alguno para justificarlo; en este caso un ejemplo sería que la esposa piensa que está cantando su esposo para fastidiarla cuando en realidad está contento.

Sobregeneralización

Otro pensamiento irracional es la sobregeneralización, es decir, hay una tendencia a pensar que si algo nos ha ocurrido una vez, muchas veces más van a ocurrir, por ejemplo, "desde que mi pareja omitió una ocasión ya no existe la confianza entre nosotros" y por una ocasión que pasó esa situación ya estoy sobregeneralizando que los demás me van a mentir o también cuando se cometió en una relación de pareja una infidelidad se puede generalizar que si tengo una nueva relación puedo pensar que "me van a volver a engañar".

Pensamiento polarizado

El pensamiento que dice todo o nada, es decir, se fragmenta la percepción en dos vertientes positivas o negativas aquí un ejemplo,

“mi esposo procura atender más a mis suegros que a mí”

Extremismo

Es la tendencia a exagerar las cualidades de la otra persona ya sean buenas o malas y con frecuencia relacionado con los miedos ocultos que conducen al enojo. Un esposo, por ejemplo, estaba triste porque su esposa le había mentado y tuvo el pensamiento “Ahora no puedo confiar en ella nunca más” y presentó una crisis de ansiedad.

Explicaciones prejuiciosas

Son las atribuciones negativas, encontrar una explicación desfavorable a lo que hace el cónyuge. Por ejemplo, una esposa reprocha a su esposo cuando se olvida de atender un detalle y atribuye esa falta de atención. Un esposo desdichado culpa a su mujer de las dificultades matrimoniales atribuyendo una profunda imperfección de su personalidad. “Todo se debe a su descuido” piensa ella. “Es a causa de los defectos de su carácter” piensa él.

Rotulación negativa

Este proceso se origina con base a atribuciones prejuiciosas. Por ejemplo, que la esposa asigne el rótulo negativo a su esposo como “irresponsable” o “bruto”.

Personalización

Creencia por costumbre que las acciones de los demás están dirigidas a ellas. Por ejemplo, un hombre disgustado cuando su

mujer regresaba de su trabajo más temprano que él, eso significaba que trataba de exhibirlo, demostrando que ella se dedicaba más al cuidado de los niños que él.

Adivinación del pensamiento

La convicción de que uno puede adivinar lo que el otro cónyuge piensa. Por ejemplo, “mi mujer debería saber que no me agradan los mariscos”.

Razonamiento subjetivo

Por último, la convicción de que, desde que uno siente fuertemente una emoción y debe justificarse y alguien más es responsable de ella. Por ejemplo, “Si me siento ansioso es porque mi pareja ha sido desconsiderada conmigo”.

Terapia cognitiva de pareja

Una parte fundamental de aplicación de la terapia cognitiva de pareja es que se propone una estructura de sesión de psicoterapia que tiene como finalidad la identificación de pensamientos automáticos, distorsiones cognitivas o pensamientos irracionales y ¿cómo se van a detectar?, en este caso se detectan los pensamientos irracionales por medio de estas preguntas, cómo “cuando alguien está atravesando una situación difícil o emocional, es útil hacer cuestionamientos que inviten a la reflexión y que permitan a la persona explorar sus pensamientos y sentimientos más profundamente. Por ejemplo, podrías plantear: “¿Qué te parece injusto de lo que está pasando?”,

"¿A qué te refieres con eso?", o "¿Te observo el ceño fruncido, hay algo que te está molestando?".

También podrías invitar a la persona a explicar mejor lo que siente, preguntando "¿Podrías explicarlo con más detalle?" o "¿Qué es lo que realmente piensas de este momento difícil que mencionas?". Usar la imaginación también puede ser útil: "Si imaginas esta escena, ¿cuál es tu opinión sobre lo que ocurrió?". Y a medida que la persona reflexiona sobre el evento, podrías preguntar: "Ahora que recuerdas este momento, ¿qué piensas sobre él? ¿Cómo se relaciona con lo que sientes en este instante?"

Dentro de la terapia cognitiva de pareja también se presentan como intervenciones tareas específicas o métodos para disipar el enojo en tu pareja por ejemplo, aclarar el problema sí solamente se responden a las demandas de tu cónyuge y no hay solución a la situación, por lo tanto, se enfoca en solucionar el problema y se dirigen las energías al encontrar una salida en lugar de enfrentar, sí se distrae la atención en la pareja cambiar de tema y retomarlo en otra ocasión ya que hay parejas que luego cuando tienen un conflicto, en cierta manera quieren resolver el conflicto en ese momento o hay miembros de la pareja que no quieren, o evaden el tema.

Es importante aclarar los conflictos para que no se dé esta tensión de enojo o de frustración en la pareja y para ello se programan sesiones de desahogo con la finalidad de que la pareja no esté constantemente con este

enojo y con esta tensión, es por ello como recomendación se tengan tiempos estipulados en la pareja para poder hablar de ello y posteriormente seguir con otras actividades que les van a ayudar a fortalecer su relación de pareja.

Otra forma sería cuando hay enojo en la habitación de la casa se propone que uno de ellos abandone y hablarlo posterior para resolverlo y regresar con mayor tranquilidad o por ejemplo, si usted puede elegir si viaja con su pareja y están en una discusión es recomendable que uno de ustedes detenga la conversación o cambie la dirección de hablar de otra temática, porque muchas de las parejas al tener un conflicto y van manejando provoca un accidente automovilístico, el cambiar el contexto o realizar otras actividades ayuda a mejorar la disminución del enojo.

Como última recomendación es referente a ¿Qué evadir en las reuniones de resolución de conflictos?, por ejemplo, llegar a un trato de manifestar las inconformidades de manera sutil y con tacto con la finalidad de que sea algo benéfico el externas los pensamientos y emociones que generan malestar, por ejemplo, mencionar "lo que realizaste ayer en la noche con mis amigos me entristeció mucho" en vez de "eres una decepción como pareja" que ahí es donde viene el rótulo negativo y genera tensión en la pareja debido a que ya se rotuló y está generando también que el cónyuge se enoje.

Por otro lado, trata de no ofender a tu cónyuge y no abordar temas muy sensibles para

ambos, por ejemplo, si tu pareja está vulnerable en cuanto a su aspecto físico o hablar de malas conductas del pasado en su relación de pareja, como recomendación se puede dialogar de estos temas solo con la finalidad de ayudar a mejorar conductas o ver la manera en cómo sentirse ambos mejor en la relación que están construyendo.

Construyendo una concepción del amor en la relación de pareja

Caribdis, seguía reflexionando sobre la idea del amor, como si esperara que fuera la solución a todos los problemas.

Ella no tenía una pareja con quien compartir esos sentimientos, pero su mente seguía atrapada en la noción de que el amor sería suficiente para llenar ese vacío. Para ello Caribdis se acerca a sus benefactores los cuales comenzaron a conversar, sabiendo que debían ofrecerle una perspectiva diferente.

— Caribdis, he notado que sigues pensando que el amor es lo único que hace falta para estar bien —dijeron sus benefactores con voz suave, pero firme—. Pero con el amor no basta.

Caribdis los miró, sorprendida por la afirmación.

— ¿Qué quieres decir con eso? —preguntó, sin comprender completamente.

Sus benefactores dieron un paso hacia ella, con una mirada serena pero profunda.

— El amor, por sí solo, no es suficiente para mantener una relación o incluso para sentirte

plena. No es solo un sentimiento que surge espontáneamente y que, de alguna manera, lo cura todo —respondieron sus benefactores—. El amor necesita ser acompañado de otras cosas. Como el respeto, la comunicación, la confianza, la paciencia... todo ello es vital en la relación de pareja.

Caribdis frunció el ceño, pensativa.

— Pero, si realmente amas a alguien, ¿no debería ser suficiente? —preguntó, aún con dudas en su voz.

Sus benefactores suspiraron, sabiendo que esta era una idea común que mucha gente tenía.

— Eso es lo que muchos creen, pero es un mito. El amor no es una solución mágica. Puede ser el inicio, pero no lo es todo. Si no tienes respeto mutuo, por ejemplo, el amor puede volverse posesivo o dañino. Sin confianza, el amor se convierte en desconfianza y provocar inseguridades y celos. Si no sabes cómo comunicarte, incluso el amor más profundo puede desmoronarse.

Caribdis reflexionó sobre esas palabras, mirando al suelo mientras procesaba la información. Finalmente, levantó la cabeza, mirándolos con una nueva comprensión.

— Entonces, ¿qué se supone que debo hacer? —preguntó, con una mezcla de incertidumbre y curiosidad.

—Respondieron sus benefactores. Trabaja en ti misma, en tus propios valores, en ser una tlacuachita feliz contigo misma. Solo cuando tienes una relación sana contigo misma, puedes construir relaciones verdaderas

con los demás.

Caribdis asintió lentamente, finalmente entendiendo lo que sus benefactores querían decirle.

— Nunca lo había visto de esa manera. Siempre pensé que el amor era la solución, la respuesta a todo —dijo, reflexionando sobre sus propios pensamientos previos.

Sus benefactores sonrieron levemente, reconociendo el cambio en su mirada.

— El amor es importante, por supuesto. Pero es solo una parte del rompecabezas en una relación de pareja. Lo que realmente hace que una relación funcione es todo lo que se construye alrededor de él. Sin eso, el amor, aunque profundo, se queda corto.

Ante ello Caribdis reflexionó. Al final, es el equilibrio y la madurez lo que permite que el amor se mantenga, y eso se construye dentro de uno mismo primero. Solo cuando se comprende esto, se puede ofrecer y recibir amor de manera sana.

Una vez que Caribdis había conversado y reflexionado con sus benefactores, otro día se encontraba sentada sola, reflexionando profundamente sobre el instrumento que acababa de estudiar. Lo había leído una y otra vez, y a medida que lo hacía, una sensación de incomodidad crecía en su interior. El concepto de medir el amor, de cuantificar lo que parecía ser tan intangible, le resultaba extraño, por lo tanto, lo volvió a leer.

Cuestionarios como guía para evaluar la relación de pareja

Referente a las contribuciones expuestas

en el desarrollo científico y tecnológico actual en las ciencias del comportamiento, una forma en que contribuye este libro a la psicología y a la sociedad es en el diagnóstico matrimonial, con el que se obtiene un perfil cognitivo de la pareja con el uso de instrumentos que ayudan en la prevención o predicción de conductas.

En este sentido, se muestra una encuesta (Anexo 1) que mide los elementos que pueden ser un problema en la relación de pareja. Las respuestas se dan de forma personal para obtener puntuaciones, y se puede indicar si la situación que se presenta como afirmación también constituye un conflicto en la relación. La calificación e interpretación se realiza mediante la sumatoria por dimensiones, por ejemplo, si obtienes una mayor puntuación o frecuencia implica un problema en la relación de pareja si la puntuación es baja en dicha dimensión significa que no existe problema en dicha área de pareja (**Ver Anexo 1**).

Un segundo instrumento mide las expresiones de amor por frecuencia adaptadas a diferentes modos de relación de pareja según el caso (matrimonio, noviazgo, entre otros), y la forma de aplicación puede ser individual o en pareja. Dicho instrumento se interpreta en función del puntaje obtenido, una mayor puntuación de frecuencia significa que hay alta expresión de amor en la dimensión señalada, por el contrario, una puntuación baja implica la correspondiente expresión en el ámbito de la pareja (**Ver Anexo 2**).

Anexo 1. Problemas en la relación. Beck (1988)

En la columna de la izquierda, califique los siguientes puntos de acuerdo con sus frecuencias:

- (0) no ocurre (1) raramente (2) algunas veces
 (3) con frecuencia (4) siempre

En la columna de la derecha, controle si considera ese punto un problema.

Toma de decisiones

Cuando tenemos que discutir un problema o tomar una decisión:

Esto es un problema

- | | |
|--|-------|
| _____1) No estamos de acuerdo. | _____ |
| _____2) Mi pareja se enoja. | _____ |
| _____3) Yo me enojo. | _____ |
| _____4) Yo cedo. | _____ |
| _____5) Mi cónyuge cede | _____ |
| _____6) No respetamos. | _____ |
| _____7) Yo tomo las decisiones | _____ |
| _____8) Mi cónyuge toma las decisiones. | _____ |
| _____9) Evitamos tomar decisiones. | _____ |
| _____10) Me siento ofendido. | _____ |
| _____11) Mi cónyuge se siente ofendido. | _____ |
| _____12) Discutimos sobre cosas triviales. | _____ |

Finanzas

Esto es un problema

- | | |
|--|-------|
| _____1) Mi cónyuge gasta en exceso. | _____ |
| _____2) Mi cónyuge no quiere gastar. | _____ |
| _____3) Mi cónyuge regatea mis gastos. | _____ |
| _____4) No tenemos plan alguno acerca de los gastos mensuales. _____ | _____ |
| _____5) No tenemos acuerdo acerca de ahorros. | _____ |
| _____6) No entendemos en que se va el dinero. | _____ |
| _____7) Mi cónyuge encubre las deudas o en qué se gasta el dinero. _____ | _____ |
| _____8) No tenemos acuerdo a cerca de fijar prioridades | _____ |
| _____9) No tenemos responsabilidad para los gastos. | _____ |

Relaciones Sexuales

Esto es un problema

- _____ 1) Mi cónyuge tiene más interés en el sexo que yo. _____
- _____ 2) Mi cónyuge tiene menos interés en el sexo que yo. _____
- _____ 3) Me resulta difícil hablar de con mi cónyuge sobre sexo. _____
- _____ 4) Nuestra relación sexual no es satisfactoria. _____
- _____ 5) Soy renuente a portarme afectuosamente porque mi cónyuge se pone demasiado amoroso. _____
- _____ 6) Diferimos acerca de la clase de sexo que cada uno prefiere. _____
- _____ 7) Mi cónyuge hace uso del sexo para controlarme o castigarme. _____
- _____ 8) Mi cónyuge se interesa demasiado en el sexo. _____
- _____ 9) Mi cónyuge no es sensible a mis deseos sexuales. _____
- _____ 10) No estamos de acuerdo sobre el control de natalidad. _____

Recreación y actividades en horas libres

Esto es un problema

- _____ 1) No pasamos tanto tiempo libre juntos como quisiéramos. _____
- _____ 2) Mi pareja emplea demasiado tiempo en su propia actividad de horas libres. _____
- _____ 3) Mi pareja no tiene tiempo o energía para actividades en horas libres. _____
- _____ 4) Mi pareja no puede disfrutar conmigo de la diversión. _____
- _____ 5) Me siento forzado a hacer cosas que prefiero no hacer. _____
- _____ 6) No nos gustan las mismas actividades. _____
- _____ 7) Mi pareja no tiene suficientes "hobbies" o intereses recreativos. _____
- _____ 8) No hay equilibrio entre el tiempo recreativo que pasamos juntos o separados. _____
- _____ 9) Mi pareja no tiene equilibrio entre trabajo y recreación. _____
- _____ 10) Tenemos diferentes ideas acerca de lo que constituye diversión. _____

Anexo 2. Expresiones de amor. Beck (1988)

Lee cada pregunta. Determine con qué frecuencia podría contestar Sí a cada una y anote el número correspondiente en el espacio previsto:

- | | | |
|--------------|------------------|-------------------|
| (0) nunca | (1) rara vez | (2) algunas veces |
| (3) a menudo | (4) casi siempre | (5) siempre |

Si una pregunta particular no interesa, omítala y pase a la siguiente.

Sentimientos de cariño

- ___ 1) ¿Tiene una sensación de bienestar cuando se ve a su cónyuge o piensa en él (ella)?
- ___ 2) ¿Tiene sentimientos tiernos cuando están juntos?
- ___ 3) ¿Extraña a su pareja cuando están separados?

Expresiones de afecto

- ___ 1) ¿Usa palabras cariñosas con su cónyuge?
- ___ 2) ¿Expresa afecto en su tono de voz?
- ___ 3) ¿Demuestra afecto a través del contacto físico: tocar, tomar las manos, etcétera?

Solicitud

- ___ 1) ¿Le preocupa de su cónyuge
- (a) el bienestar?
 - (b) el placer?
 - (c) el dolor?
- ___ 2) ¿Trata de demostrar su interés por su cónyuge?
- ___ 3) ¿Evita decir o hacer cosas que pueden herir a su cónyuge?

Aceptación y tolerancia

- ___ 1) ¿Acepta diferencias de opinión, gustos y estilo?
- ___ 2) ¿Acepta a su cónyuge en su totalidad como alguien que tiene puntos débiles y puntos fuertes?
- ___ 3) ¿Evita establecer en juez o castigar a su cónyuge por sus errores?

Empatía y sensibilidad

- ___ 1) Cuando su cónyuge se siente abatido ¿Cree usted que puede compartir algo de sus sentimientos?
- ___ 2) ¿Es capaz de percibir que su pareja se siente mal sin que se lo digan?
- ___ 3) ¿Es usted capaz de determinar y respetar los lados sensibles de su cónyuge?

Entendimiento

- ___ 1) ¿Cree usted poder emprender por qué su cónyuge está preocupado(a)?
- ___ 2) ¿Puede usted ver las cosas con la visión de su cónyuge aun sí están en desacuerdo?
- ___ 3) ¿Puede darse cuenta por qué está disgustado(a) su cónyuge cuando se queja?

Compañerismo

- ___ 1) ¿Disfruta usted cuando realiza actividades emocionantes con su cónyuge?
- ___ 2) ¿Le gusta la compañía de su cónyuge en las actividades rutinarias?
- ___ 3) ¿Le gusta que su cónyuge este simplemente cerca cuando usted no hace nada en particular?

Intimidad

- ___ 1) ¿Comparte sus pensamientos y deseos íntimos?
- ___ 2) ¿Se siente libre de contarle a su cónyuge cosas que no diría a ningún otro?
- ___ 3) ¿Le gusta que su cónyuge confíe en usted?

Amistad

- ___ 1) ¿Se interesa usted en su cónyuge como persona?
- ___ 2) ¿Le gusta saber qué piensa su cónyuge o cómo le van las cosas?
- ___ 3) ¿Le gusta pedir una opinión a su cónyuge sobre los problemas que le corresponden a usted?

Complacer

- ___ 1) ¿Trata usted de pensar en cosas que podrían hacer los dos y que harían feliz a su cónyuge?
- ___ 2) ¿Trata de hacerse más atractivo(a)?
- ___ 3) ¿Dice o hace cosas que complazcan a su cónyuge?

Apoyo

- ___ 1) ¿Trata de alentar a su cónyuge cuando está desanimado?
- ___ 2) ¿Trata de prestar ayuda cuando su cónyuge esta agobiado?
- ___ 3) ¿Anima a su cónyuge cuando él o ella desea meterse en una nueva empresa?

Contacto estrecho

- ___1) ¿Se siente emocionalmente cerca de su cónyuge?
- ___2) ¿Siente un contacto estrecho con su pareja, aun cuando están separados?
- ___3) ¿Le gusta estar físicamente cerca de su cónyuge?

- “Un instrumento que mide problemas en la relación y expresiones de amor”- Pensó Caribdis para sí misma, mientras observaba el papel en sus manos. Según este instrumento, la forma en que las parejas demuestran su amor podía ser evaluada a través de un puntaje. Una alta frecuencia significaba una mayor expresión de amor, mientras que una baja frecuencia indicaba lo contrario.

Pero ¿realmente el amor podía ser medido de esa forma? ¿Podía algo tan complejo como los sentimientos humanos ser reducido a simples números y porcentajes?

— “¿Es esto lo que significa el amor hoy en día?” — se preguntó Caribdis, con curiosidad. Cuando pensaba en las relaciones que había observado a través de sus benefactores, lo que realmente destacaba no eran los gestos cuantificables, sino las pequeñas cosas: una mirada compartida, una sonrisa cómplice, un abrazo silencioso que decía más que mil palabras. Estas cosas no podían ser reflejadas en un puntaje.

Caribdis se recostó contra la base del árbol, pensativa. Quizás este instrumento solo es una forma de intentar entender algo que, en su esencia, es tan personal y único que no puede ser medido de forma objetiva.

El amor no era algo estático. Cambiaba con el tiempo, con las circunstancias, con el crecimiento personal de cada individuo. Una alta puntuación de amor en una pareja podía indicar que había una buena frecuencia de gestos amorosos, pero ¿realmente significaba que

esa relación era más fuerte o sana que otras? ¿O era simplemente una cuestión de cómo se expresaban esos sentimientos?

— “¿De verdad importa la frecuencia?” — se preguntó, dejando escapar un suspiro. Tal vez lo más importante no era cuántas veces se expresaba el amor, sino la calidad de esas expresiones. Las grandes manifestaciones de afecto podían ser sorprendentes, pero las pequeñas y cotidianas, esas que no requerían nada más que una conexión genuina, eran las que realmente construían el amor.

Caribdis sonrió para sí misma, mientras entendía que el amor no podía ser reducido a una fórmula o un conjunto de reglas. No solo se trataba de una ecuación matemática, sino de algo que fluía de manera natural, sin restricciones, sin límites. Un amor verdadero no necesitaba ser medido; se sentía, se vivía y, sobre todo, se entendía a través de la conexión profunda que compartía con el otro.

Ya era noche y Caribdis regresó a buscar a sus benefactores para compartir su reflexión donde argumentaba lo siguiente “medir el amor puede parecer un intento de comprender lo que, por su naturaleza, es intocable y cambiante. Sin embargo, el verdadero significado del amor no solo está en la frecuencia de las expresiones, sino en la calidad de esas expresiones y en la conexión emocional que se construye a lo largo del tiempo”.

Referencias.

Beck, A. (1988). *Con el amor no basta. Cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de la pareja*. Paidós.

Autores:

Oscar Orlando García Cruz

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Miembro del grupo disciplinar (UAT-GD-201) Psicología en Contextos Diversos GD

oscar.cruz@uat.edu.mx

Camila Valeria Montalvo Jiménez

Universidad Autónoma de Tamaulipas

Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

Estudiante de Licenciatura en Psicología

a2203320527@alumnos.uat.edu.mx

