

# PSICOTERAPIA Y BIOLOGÍA DEL CONOCER

## Una proposición teórica

**Claudio Zamorano D.**

Profesor Asociado. Pontificia  
Universidad Católica de Chile

Artículo publicado en la revista De  
Familias y Terapias, n° 21, año 13,  
pp. 101-108

### INTRODUCCIÓN

La historia del ámbito psicoterapéutico ha estado marcada por distintos hitos paradigmáticos o epistemológicos que han definido diferentes modos de entender y operar en ese dominio. De este modo, el Psicoanálisis, el Humanismo, el Enfoque Cognitivo-Conductual, el Enfoque Sistémico entre otros, especifican distintos quehaceres al traer a la mano distintos modos de comprender el funcionamiento de los seres humanos, lo cual explícita o implícitamente revela una manera de entender la relación *hombre-mundo*.

En este sentido, en los últimos 30 años a un área importante de la práctica terapéutica se le ha llamado “Constructivista” por tomar planteamientos epistemológicos derivados de la llamada cibernética de segundo orden (Von Foerster y Howe, 1974), que en términos generales acuerdan en incorporar al observador en lo observado. En términos de Keeney (1991), “las consecuencias epistemológicas de la cibernética de la cibernética sustentan cada vez más que la postura que la pretensión de objetividad es errónea, pues se presume la separación entre el observador y lo observado. De este modo, se cuestiona el principio de objetividad, para asumir que todas las nociones cibernéticas no son independientes de los observadores de los fenómenos y usuarios de ellas”.

Probablemente el primer mentor en este marco de entendimiento fue Gregory Bateson (en sus últimos trabajos), quien señalaba que “en un sistema cibernético que regula la temperatura de una casa, la inclusión de un ser humano se vuelve indispensable si recordamos que la retroalimentación simple de la temperatura de la vivienda es calibrada por la persona que reside en ella, quien ajusta el setting del termostato. Por ello, la calibración de la retroalimentación está en sí misma gobernada por una retroalimentación cuyo

órgano sensorial se sitúa, no ya en la pared del living, sino en la piel del hombre” (Bateson, 1990).

Ahora bien, tres de las figuras más influyentes en el pensamiento constructivista son;

- ‡ Heinz von Foerster, quien luego de analizar y comprender todo el planteamiento cibernético, señala que todas las nociones cibernéticas que se aplican a los sistemas que nosotros observamos también se aplican a nosotros mismos como observadores, y a la relación entre nosotros en tanto observadores y los fenómenos observados (Pakman 1991). Como consecuencia de ello, Von Foerster (1974) plantea la noción clave de cibernética de segundo orden o cibernética de la cibernética, que es una manera de señalar la inclusión y participación de los observadores en el sistema observado.
- ‡ Ernst von Glasersfeld, (1979, 1990, 1994), quien funda el llamado Constructivismo Radical, desde el cual se señala que el observador participa en la construcción de lo que observa, y en el que el conocimiento no se refiere a una realidad ontológica “objetiva”, sino exclusivamente al ordenamiento y organización de un mundo constituido de nuestras experiencias, a partir de la llamada experiencia de calce.
- ‡ Humberto Maturana, quien desarrolla una teoría para dar cuenta en qué consiste el conocer como fenómeno que ocurre o surge de la realización de lo vivo. A dicha teoría le denomina Biología del Conocer, y en ella desarrolla nociones clave como objetividad en paréntesis, autopoiesis, clausura operacional del sistema nervioso y lenguaje entendido como coordinaciones conductuales consensuales de coordinaciones conductuales consensuales.

Los aportes epistemológicos y teóricos de estos tres científicos han influido notablemente el ámbito de la psicoterapia: ya no se trata de proveer de modelos basados en las nociones de circularidad, función, organización, etc., sino de dar un marco epistemológico general para el desarrollo de modelos aplicados al campo de la clínica. En este sentido, la psicoterapia está ahora mediada por el desarrollo de una epistemología, de un marco conceptual respecto de las cuestiones del conocer, la verdad y la realidad.

En términos de categoría conceptual, a todos ellos se les puede incluir como fundadores de una nueva epistemología: el constructivismo; sin embargo, entre ellos existen diferencias no triviales que los distinguen en sus planteamientos. Por lo tanto, no existe la teoría psicoterapéutica constructivista, pues ello va a depender de las coherencias conceptuales derivadas de cada cuerpo teórico; en este sentido, el desafío clínico consiste, a mi modo de ver, en desarrollar proposiciones conceptuales que permitan entender en qué consisten los distintos tópicos de la práctica psicoterapéutica desde alguna de estas lecturas epistemológicas, o dicho de otro modo, volver a mirar lo que hacemos como psicoterapeutas desde un nuevo lente.

En este contexto, a continuación propongo un modo de entender la praxis psico-terapéutica basada en los planteamientos epistemológicos y teóricos de la Teoría Biológica del Conocer de Humberto Maturana, intentando así releer los fundamentos sistémicos que han guiado la práctica clínica de los que trabajamos bajo ese paradigma.

## **BASES CONCEPTUALES**

### **1) Epistemología. Características constitutivas del observador.**

Maturana (1990) plantea que no son las características de los objetos las que determinan la experiencia, sino el modo en que estamos hechos, las correlaciones internas que generamos independiente del origen de la perturbación, los seres humanos, y los seres vivos en general, no podemos distinguir en la experiencia entre lo que llamamos ilusión y percepción.

De esta manera, Maturana (1990) plantea que la distinción entre ilusión y percepción sólo es posible cuando se usa una experiencia diferente respecto de la experiencia distinguida, como una metaexperiencia constituída como criterio válido de distinción a posteriori por el mismo observador, o por otro en similares condiciones en las que tal distinción fue socialmente realizada. Así, entonces, la ilusión es una experiencia desvalorizada con referencia a otra experiencia.

En este sentido, al explicar, explicamos la experiencia con elementos de la experiencia en circunstancias de que no es posible distinguir, en la experiencia, entre ilusión y percepción. Al aceptar que no podemos hacer esa referencia, nos hacemos cargo de que:

- generamos múltiples dominios de explicaciones, todos los cuales se viven como dominios de objetos que tratamos como existiendo con independencia del observador, pero con conciencia de que esos objetos surgen en el explicar la experiencia y no ocurren con independencia de lo que hacemos.
- finalmente, al aceptar que no podemos distinguir en la experiencia entre ilusión y percepción, aceptamos que los distintos dominios de existencia que vivimos, los vivimos como distintos dominios de realidad que configuran distintos dominios explicativos que surgen de explicar la propia experiencia con elementos de la experiencia.

## **2) Acoplamiento Estructural**

Todo sistema determinado estructuralmente surge en un medio al ser traído a la mano por la operación de distinción del observador. Esta condición de existencia es, necesariamente también, una condición de complementariedad estructural entre sistema y medio, en el que las interacciones del sistema son sólo perturbaciones, y en el cual medio y unidad cambian juntos siguiendo un curso contingente a su historia de interacciones. Maturana y Varela (1984) llaman a esta necesaria complementariedad estructural entre el sistema determinado por su estructura y el medio, acoplamiento estructural.

La historia individual u ontogenia de todo ser vivo transcurre constitutivamente como una deriva estructural ontogénica, es decir, como una historia de cambios estructurales que siguen un curso que se establece momento a momento determinado por la secuencia de sus interacciones en el medio que lo contiene. La deriva es un proceso todo o nada: o el sistema conserva organización y adaptación y permanece en deriva, o se desintegra.

Maturana (1990) señala que cuando dos o más organismos interactúan recurrentemente, y las estructuras dinámicas de cada uno siguen un curso de cambio contingente a la historia de esas interacciones, se establece una co-deriva estructural ontogénica: estas interacciones recurrentes aparecen para un observador como un dominio de coordinaciones de acción, o coordinaciones conductuales consensuales.

Además, Maturana (1990) señala que un observador puede describir el dominio de interacciones recurrentes en términos semánticos, refiriendo las diferentes coordinaciones de acciones involucradas a las diferentes consecuencias que ellas tienen en el dominio en el cual son distinguidas; es decir, un observador hace una descripción semántica toda vez que “describe las conductas de interacción entre organismos como si el significado que él asume que ellas (las conductas) tienen para los participantes determinasen el curso de tales interacciones” (Maturana y Varela, 1984, pág. 138).

### **3) Sistemas sociales**

Ahora bien, cada vez que se establece una coderiva estructural ontogénica entre dos organismos se constituye una fenomenología en la cual esa red de interacciones opera para ellos como un medio en el que se realizan como seres vivos, y en la cual conservan su adaptación y organización. Cuando ésto ocurre, los organismos involucrados existen en una coderiva contingente a su participación en dicha red de interacciones, generándose un sistema social.

En la medida que un sistema social es el medio en que sus miembros se realizan como seres vivos, y donde ellos conservan su organización y adaptación, un sistema social opera necesariamente definiendo qué cambios estructurales de sus componentes son aceptables de manera que éstos sigan perteneciendo al sistema social en cuestión. Toda sociedad es conservadora de su organización como tal sociedad, y de las características de los componentes que la generan.

### **4) Lenguaje**

Las coordinaciones conductuales establecidas a partir de las interacciones recurrentes entre dos o más organismos, pueden ser descritas como conductas lingüísticas por un observador que ve cada elemento conductual como una palabra descriptora del mundo al señalar objetos o significados en él. En ese operar, no obstante, no hay objetos ni significados para los miembros de ese dominio conductual, pues ellos sólo se mueven en la coordinación conductual que han establecido como producto de sus interacciones recurrentes.

Sin embargo, es posible que a partir de la co-deriva estructural ontogénica se origine un operar en el cual las coordinaciones conductuales

establecidas en la historia de las interacciones de los participantes sean usadas para hacer referencia a otras coordinaciones conductuales ontogénicas. Cuando ésto pasa, se ha producido una recursión en el dominio de las coordinaciones de acciones, tal que los organismos comienzan a coordinar sus conductas sobre -haciendo referencia a- otras conductas coordinadas. A este operar en coordinaciones conductuales consensuales de coordinaciones conductuales consensuales, Maturana lo denomina lenguaje.

En estas circunstancias, todos los participantes en el dominio del lenguaje pueden ser observadores con respecto a las secuencias de coordinaciones de acciones en las que participan, constituyendo un sistema de distinciones recursivas en el cual los sistemas que distinguen pasan a ser objetos de distinciones. Además, con el lenguaje surge la auto-observación, que consiste en que el observador se distingue a sí mismo y a su circunstancia operando en su dominio de interacciones. En esa reflexión se constituye la auto-conciencia como un fenómeno de auto-distinción, en el cual el observador se distingue operando en lenguaje.

## LO PSICOTERAPÉUTICO

Con el referente conceptual expuesto, a continuación propongo una lectura de lo psicoterapéutico desde este modo de mirar.

Los distintos quehaceres humanos se distinguen tanto por el dominio experiencial en que tienen lugar las acciones que los constituyen, como por el fluir emocional que involucran, y de hecho se dan en la convivencia como distintas redes de conversaciones.

Como consecuencia, las conversaciones en las que participamos generan distintos dominios de realidad al describir un observador las coherencias operacionales que realiza en dichas coordinaciones de coordinaciones conductuales consensuales, y en el cual cada dominio de realidad constituye un dominio de explicaciones de la praxis del vivir del observador al usar recursivamente las coherencias operacionales que constituyen dicha praxis del vivir para generar la reformulación explicativa de ella.

Es por ello que las conversaciones que generamos en nuestro operar como seres humanos quedan ancladas bajo diferentes proposiciones explicativas, las cuales le dan coherencia a las conductas que realizamos.

Nosotros como seres humanos somos el presente de una historia de conversaciones en las que hemos participado y, por lo tanto, “llevamos” con nosotros una historia de explicaciones que le han dado sentido o significado al modo en que hemos co-operado en la generación, conservación y cambio de cada una de esas conversaciones. En este sentido, nuestro mundo de significados actuales son distintos dominios explicativos que generamos para dar cuenta de las regularidades de nuestra experiencia, y que son coherentes con los distintos dominios conversacionales en que vivimos.

Por ello, las explicaciones pasan a formar parte del medio en que los seres humanos interactuamos, guiando el curso y las características de nuestra co-deriva estructural. Dicho de otro modo, el dominio de explicaciones en que cada ser humano se mueve modula el operar de su dinámica estructural, delimitando el dominio de sus posibles cambios conductuales.

Ahora bien, dado que en el vivir humano lenguajear y emocionar se dan juntos y cambian juntos, si cambia la explicación que le da significado a las acciones que alguien realiza, puede cambiar también el emocionar, lo cual conlleva un cambio en el curso de las coordinaciones conductuales consensuales recursivas, y a la inversa, al cambiar nuestras emociones, puede cambiar nuestro discurso al cambiar el dominio explicativo desde el cual nos movemos en nuestra coherencia operacional.

Nuestro vivir humano se realiza en la generación, conservación y cambio de dominios conversacionales. En este sentido, nuestro vivir humano se realiza sistémicamente en una historia de cambios en torno a lo que se conserva, de un modo análogo en que ocurre la historia evolutiva de conservación y cambio de linajes. (Maturana y Mpodozis, 1992)

Dicho de otro modo, nuestro vivir es conservador en tanto estabilizamos con otros patrones interaccionales como consecuencia de una historia de co-deriva, lo cual configura una organización específica para cada sistema humano (familia, por ejemplo), definiendo su identidad peculiar. Esto tiene equivalencia con lo que conocemos como circuitos mantenedores (Bodin, 1988), y que alude a la red de relaciones que fijan recíprocamente los comportamientos de cada uno de los miembros de una dinámica sistémica, y que adquieren estabilidad al conservarse como un patrón ontogénicamente establecido.

Cohérente a ello, nuestro mundo relacional, queda constituido por los dominios explicativos ad hoc a las conversaciones que se conservan y que cambian, y que dan cuenta del modo en que cada uno de nosotros significa y vive el espacio relacional y conversacional en que participa. En último término, nuestra mente queda constituida como una proposición explicativa que da cuenta de la dinámica conductual humana y que hace referencia a los sets explicativos que cada uno de nosotros genera contingente a las conversaciones en que participamos y que finalmente generan la realidad o mundo que vivimos.

Dado que somos multidimensionales en la generación, conservación y cambio de dominios conversacionales, por ello producimos, estabilizamos y cambiamos dominios de realidad al producir, conservar y cambiar los dominios explicativos que dan cuenta de nuestras coherencias operacionales.

Consecuencia de esto puede ocurrir que se entrecruzen explicaciones que generan modos de vivir con otros o con uno mismo que resultan contradictorios. Esto tiene significativas consecuencias cuando algún dominio conversacional (explicativo) adquiere un valor de deseabilidad para los que lo constituyen y de pronto los mismos participantes o alguno de ellos entra en otro dominio explicativo que entrecruza recurrentemente al primero de un modo que ambos se hacen contradictorios.

En este punto coincido con lo planteado por Carmen Luz Méndez y Humberto Maturana (1986), quienes señalan que siempre encontraremos que cuando los sujetos involucrados hacen la distinción “problema”, ha surgido una variable que se vive como una contradicción emocional bajo la forma de “problema”.

Cuando esto ocurre, se genera un contexto de contradicción emocional, dado que un dominio de realidad que se ha hecho deseable o incuestionable dada su conservación ontogénica es “invadido” por otro dominio de realidad. En este sentido, es posible distinguir en este proceso cuestionamientos sobre el modo de vivir que se vive, dudas sobre el camino a seguir, angustia por el temor a perder un espacio que era deseable, etc., lo cual puede derivar en un cambio en el modo de realizar dicho dominio relacional o bien la desintegración de él. Cuando esto se instala recurrentemente o con un nivel de intensidad suficiente, las personas que se encuentran en esta contradicción de realidades (emocionales) pueden pedir ayuda para tratar de solucionar dicha

disyuntiva, apareciendo como un espacio posible de ayuda el espacio de la Terapia Psicológica.

En este sentido, el entrampe emocional no se da crónicamente, sino que aparece en algún momento del vivir al desestabilizarse aquello que se conserva en la dinámica sistémica. Este tópico conceptual lo abordan Méndez & Maturana (1986) quienes finalmente plantean que un problema crónico existe en un sistema social sólo como literatura del observador.

Tal como dice un aforismo chino “el pez es el último en saber que vive en el agua”...hasta que sale de ella. Por ello, son frecuentes las peticiones de ayuda en momentos de cambio tales como:

- ◆ el crecimiento de los hijos, que exige un cambio en torno a la definición de límites parentales que permitan regular el proceso de autonomía progresiva de los adolescentes,
- ◆ la transgresión de alguna regla consensualmente generada en la pareja, tales como la infidelidad o la violencia,
- ◆ procesos de definición de proyectos de vida, como aquellos que ocurren en la transición de la adolescencia al período adulto joven, donde son frecuentes las crisis de pánico,
- ◆ la transgresión de alguna regla consensualmente establecida en la familia, como situaciones de abuso sexual o violencia,
- ◆ Cambio en la tonalidad emocional que definía a la pareja, que los ha llevado a un aplanamiento afectivo,
- ◆ El nacimiento de hijos, donde la inclusión de un nuevo miembro en el sistema genera un movimiento en la estabilidad de las relaciones ontogénicamente establecida.

Es por ello que resulta clarificador al momento de la definición de la petición de ayuda el esclarecer ¿desde cuando? les está ocurriendo aquello que les genera sufrimiento, ya que la respuesta a dicha pregunta lleva la conversación al momento histórico en el cual lo que se ha conservado en la co-deriva del sistema en cuestión, comenzó a ser interferido por otra dinámica

relacional que los ha llevado a desestabilizar el patrón interaccional que los caracterizaba.

33333333

En este sentido, la terapia es una co-deriva conversacional en la cual el terapeuta actúa entendiendo cuándo y cómo aquello que se conservaba se comenzó a desestabilizar, trayendo a la mano las explicaciones ad-hoc que sustentan la contradicción emocional con el fin de redefinir dichos dominios explicativos, interfiriendo con las conversaciones recurrentes que generan y estabilizan la dinámica conductual que ocasiona el sufrimiento.

En este sentido, el terapeuta trae a la mano las coherencias experienciales que generan el problema de su(s) paciente(s) y, a partir de ellas, propone una explicación alternativa que permita desintegrar la contradicción emocional derivada del participar en dominios de realidad que se anteponen. Este proceso, en el cual el terapeuta en la co-deriva con su paciente usa la experiencia de éste para explicar su experiencia, es lo que en las corrientes constructivistas se conoce como co-construcción, y está fundado en el determinismo estructural que nos caracteriza, esto es, que no admitimos interacciones instructivas (consejos, orientaciones) sino a través de un proceso de “hacer sentido” utilizando los elementos experienciales de la vida del paciente de un modo que se le “toque” que le permita reorganizarse o moverse del punto de tensión emocional. Para ello, el terapeuta busca conocer la historia relacional de su paciente en función del motivo de consulta y trae a la mano el dominio de significados que se asocian a dicha historia con el fin de construir una reformulación explicativa que le permita rediseñar un fluir conductual que lo desentrampe de la contradicción emocional (conductual, explicativa) en que se halla.

En este sentido, a diferencia de otros enfoques terapéuticos, el terapeuta no actúa guiando las conversaciones con el objeto de descubrir un conjunto de síntomas asociados que le permitan completar un cuadro clínico previamente establecido como posible, sino que ataca, se dirige encima del discurso narrativo (explicativo) del paciente desde el comienzo del proceso terapéutico.

Ahora bien, uno de los desafíos y responsabilidades como terapeuta está en la capacidad de proponer explicaciones que les permita salirse del entrampe emocional y que no sean reformulaciones más de lo mismo (Watzlawick, Weakland & Fisch, 1976), que intensifiquen el sufrimiento. Por ejemplo, debiera ser cuidadoso en no caer en proposiciones explicativas del tipo

principios dormitivos, ya que el fenómeno a explicar (o motivo de consulta) no puede estar contenido como una propiedad de alguno de los elementos de la reformulación explicativa sino que debe resultar de las relaciones que se establecen entre esos elementos, según sus coherencias operacionales (diseñada como una hipótesis contextual donde se muestren los comportamientos fijados recíprocamente y anclados en el marco epistemológico ad hoc al sistema en cuestión).

Desde este lente conceptual, entiendo lo psicoterapéutico como la proposición de nuevas maneras de mirar el mundo -que generan con sus acciones-, de un modo ad hoc o contingente a los contextos relacionales en que se realizan como observadores. Estas nuevas maneras de ver, operacionalmente son proposiciones explicativas alternativas que les permitan a los pacientes cambiar la realidad que viven al significar su mundo relacional de un modo distinto, de manera que puedan cambiar su espacio de co-deriva contextual donde el problema que los trajo a consultar se hallaba, y que se caracterizaba por ser dominios emocionales y explicativos contradictorios, ayudando al sistema (individual, pareja, familiar) a generar nuevos circuitos, modos de vida, anclados en definiciones experienciales (explicaciones) que no contengan el entrampe emocional en que se hallaba, apostando a la conservación de esa nueva dinámica o modo de vida en el curso de su deriva futura.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bateson, G., (1990) *Espíritu y Naturaleza*, Edit. Amorrortu, Buenos Aires.
- Bodin, Arthur (1988) *The Interaccional View: Family Therapy Approaches of the Mental Research Institute*, Handbook of Family Therapy
- Howe, R. y Von Foerster, H. (1974) *Cybernetics at Illinois*, Forum 6: 15-17.
- Keeney, B. (1991) *Estética del Cambio*, Edit. Paidós, Barcelona, España.
- Maturana, H. R. (1982) *Reflexiones: Aprendizaje o Deriva Ontogénica*, en Arch. Biol. Med. Exp. 15: 261-271.
- Maturana, H. R. y Varela, F. (1984) *El Árbol del Conocimiento: Las Bases Biológicas del Conocer Humano*, Edit. Universitaria, Santiago.

Maturana, H. R. (1988) Biología del Fenómeno Social, en “La Fuerza del Arco Iris”, 1988: 77-88, Editores Jorge Osorio y Luis Weinstein.

Maturana, H. R. (1989) Lenguaje y Realidad: El Origen de lo Humano, en Arch. Biol. Med. Exp. 22: 77-81.

Maturana, H. R. (1990) Biología de la Cognición y Epistemología, Edit. Universidad de la Frontera, Temuco, Chile.

Maturana, H. R. (1990) Ontology of Observing. The biological foundations of self consciousness and the physical domain of existence, en “Beobacheter: Konvergenz der Erkenntnistheorien?”, 1990: 47-117, Editor Niklas Luhmann, Edit. Wilhem Fink Verlag, München.

Maturana, H. R. (1991) Reality: The search of objectivity, or the quest for a compelling argument and Scientific and Philosophical theories, en “Die Gedankenwelt Sir Karl Poppers. Kritischer Rationalismus in Dialog”, 1991: 282-374, Editores Norbert Leser, Josef Siefert y Klaus Plitzner, Edit. Carl Winter Universitäts Verlag, Heidelberg.

Maturana, H. R. (1992) Emociones y Lenguaje en Educación y Política, Edit. Hachette, Santiago.

Maturana, H. R. y Mpodozis, J. (1992) Origen de las Especies por medio de la Deriva Natural o La diversificación de los linajes a través de la conservación y cambio de los fenotipos ontogénicos, Publicación Ocasional N° 46, Museo Nacional de Historia Natural, Dirección de Bibliotecas, Archivos y Museos, Santiago de Chile.

Méndez, Carmen Luz y Maturana, H. (1986) La enfermedad mental crónica como trastorno epistemológico, Revista Chilena de Psicología, vol. VIII (2): 3-4

Pakman, M. (1991) Introducción de “Las Semillas de la Cibernética. Obras Escogidas de Heinz Von Foerster”, 1991: 15-30, Edit. Gedisa, Barcelona.

Watzlawick, P., Weakland, J. y Fisch, R. (1976) Cambio, Edit. Herder, Barcelona.

von Glasersfeld, E. (1979) Cybernetics, experience and the concept of self, en A Cybernetic Approach to the Assessment of Children: Towards a more Humane Use of the Human Beings, M. N. Ozer (compilador), Westview Press, Boulder, Colorado.

von Glasersfeld, E. (1981) Introducción al Constructivismo Radical, en “La Realidad Inventada”, 1990, 20-37, Paul Watzlawick (compilador), Edit. Gedisa, Barcelona.

von Glasersfeld, E. (1991) Despedida de la Objetividad, en “El ojo del Observador”, 1994, 19-31, Paul Watzlawick y Peter Krieg (comps.), Edit. Gedisa, Barcelona.