

**EL PAPEL DE LAS COGNICIONES EN LA ASIMILACIÓN
DE UN EVENTO TRAUMÁTICO**

**THE ROLE OF COGNITIONS IN THE ASSIMILATION
OF A TRAUMATIC EVENT**

**O PAPEL DAS COGNIÇÕES NA ASSIMILAÇÃO DE
UM EVENTO TRAUMÁTICO**

Gertrudys Torres Martínez





EL PAPEL DE LAS COGNICIONES EN LA ASIMILACION DE UN EVENTO TRAUMÁTICO*

THE ROLE OF COGNITIONS IN THE ASSIMILATION OF A TRAUMATIC EVENT

O PAPEL DAS COGNIÇÕES NA ASSIMILAÇÃO DE UM EVENTO TRAUMÁTICO

Gertrudys Torres Martínez**

RESUMEN

El propósito de este artículo teórico es presentar un marco de referencia tanto investigativo como de atención en personas enfrentadas a eventos traumáticos. El enfoque propuesto parte de la experiencia de la autora tanto en el campo de la investigación como en la parte asistencial y de la revisión de la literatura. El modelo de referencia es la psicología cognitiva – lo mental- dando relevancia a la construcción de sentido y significado que las personas dan a sus experiencias.

La estrategia tanto investigativa como de atención es la narrativa que construyen las personas quienes están inmerso en una cultura e influenciadas por una psicología popular.

PALABRAS CLAVES

Psicología cognitiva, sentido y significado, narración, evento traumático, cultura y psicología popular.

Fecha de Recepcion del Artículo: 15 de Agosto de 2009.

Fecha de Aceptacion del Artículo: 10 de Octubre de 2009.

* Artículo de reflexion que la autora realiza sobre la investigación que adelanta en el Grupo de Investigación Cognición y Violencia-DISAN, registro COL0044994.

** Licenciada en filosofía y letras, psicóloga especializada en pareja y familia. Docente investigadora, psicóloga asistencial: dirección de Sanidad- Hospital Central de la Policía.

ABSTRACT

The purpose of this paper is to present a theoretical framework both for researchers and people who faced traumatic events. The focus proposed is an approach of the author's experience in the fields of research, care provisions and literature review. The reference model is the cognitive psychology -the mental- giving relevance to the construction of meaning and significance that people provide to their experiences.

KEY WORDS

Cognitive Psychology, sense and meaning, narrative, traumatic events, popular culture and psychology.

RESUMO

O propósito deste artigo teórico é apresentar marco de referência tanto investigativo quanto em atenção a pessoas que sofreram eventos dramáticos. O enfoque proposto parte da experiência da autora nas áreas de investigação, de atuação assistencial e de revisão de literatura. O modelo de referência é a psicologia cognitiva –o mental–, conferindo relevância à construção de sentido e significado que as pessoas dão a sua experiência.

PALAVRAS-CHAVE

Psicologia cognitiva, sentido e significado, narração, evento traumático, cultura e psicologia popular.

INTRODUCCIÓN

Sentido, significado...y...evento traumático, dos expresiones que contienen gran trascendencia en la existencia de las personas enfrentadas a psicotraumas, por el contenido de los actos violentos con su respectiva huella.

Unos, lograrán asimilar a su historia personal, estas experiencias traumáticas, siendo estas impulsoras para posteriores desarrollos y en otros, por el contrario, serán huellas que no se asimilaban y quedaban fijadas en el recuerdo produciendo nostalgias, rencores y porque no decirlo deseos de venganza. Cada uno de los momentos de nuestra vida tiene un significado particular en nuestro mañana decía Bruner, teórico que será muy comentado en esta revisión teórica.

En un país afectado por la violencia como el nuestro, donde la población que experimentan hechos violentos, son personas que acumulan desde muy temprano la experiencia del dolor compartido, de la tierra abandonada, del sufrimiento la mayoría de las veces en las zonas de asentamiento, de culturas desconocidas, de nostalgias reprimida, de voces silenciadas, de los seres queridos maltratados y /o asesinados, de recuerdos que vibran en el silencio. Semillas de futuros inciertos, hombres y mujeres criados en las zonas de conflicto armado, personas que han sido obligados a obedecer el lenguaje de las armas que vieron disparar ante del evento traumático. Personas en la mira de hombres que quieren persistir la guerra para sumar más combatientes al ilógico enfrentamiento actual.

El propósito de esta revisión teórica es presentar un enfoque tanto investigativo como de atención a las personas enfrentadas a psicotraumas, desde una perspectiva de comprensión del sentido y significado de la experiencia más que buscar argumentaciones y explicaciones entorno a las vivencias traumáticas. El marco de referencia es la psicología cognitiva que introduce lo “mental” en el estudio del ser humano. Lo mental referido a l sentido y significado que las personas dan a sus vivencias, a sus formas de estar en el mundo, sus interacciones, proyectos, y formas de organizar las experiencias.

EL PAPEL DE LAS COGNICIONES EN LA ASIMILACIÓN DE UN EVENTO TRAUMÁTICO

“El hombre posee una tendencia a la autorrealización que puede ser obstaculizada pero no destruida”.

CARL ROGERS

Las cogniciones que tienen las personas sobre la experiencia psicotraumática se ven evidenciadas cuando se profundiza, en la comprensión, sobre el sentido y significado de dichas experiencias. Para entender el proceso de construcción de sentido y significados, y sobre los elementos constituyentes es pertinente conocer algunos contenidos sobre la revolución de la psicología cognitiva, el papel que juega la cultura, la psicología popular, y las modalidades de funcionamiento cognitivo: el argumento y el relato.

La revolución cognitiva, donde se enmarca el sentido y significado, se basa en un enfoque más interpretativo del conocimiento cuyo centro de interés es la construcción de significados. La meta es descubrir y describir formalmente los significados que los seres humanos, crean a través de sus encuentros con el mundo, para luego proponer hipótesis acerca de los procesos de construcción de significados en que se basan. Estas construcciones de significados están centradas en las actividades simbólicas empleadas por los seres humanos para construir y dar sentido no solo al mundo, sino también a ellos mismos. Estos significados se ven influenciados por un lado por la cultura y por otro por la psicología popular.

Ramírez Franco, M. L. y otros (2002), explican que la cognición implica:

- Un conjunto de actividades por medio de las cuales es procesada la información, es decir, designa la forma como se recibe, se selecciona, se transforma y se organiza la información.
- Cómo se construyen las representaciones de la realidad y cómo se elaboran los conocimientos. Lo cognitivo no se reduce únicamente a las operaciones intelectuales, la afectividad y la motivación intervienen a lo largo de la actividad cognitiva, en la selección de la información, en su transformación, y organización.

Para Bruner el concepto fundamental de la psicología humana es el del significado y los procesos y transacciones que se dan en la construcción de Significados. Esta convicción se basa según este autor en dos argumentos relacionados entre sí. El primero es que, para comprender al hombre, es preciso comprender como sus experiencias y sus actos están moldeados por sus estados emocionales; y el segundo es que la forma de esos estados intencionales solo puede plasmarse mediante la participación en sistemas simbólicos de la cultura.

Bruner (1998), manifiesta que se tardó mucho tiempo para entender lo que la cultura significaba para la adaptación y el funcionamiento del ser humano. No se trata solamente del aumento del tamaño y potencia de nuestro cerebro, ni de la bipedestación y la liberación de las manos. Estos no son más que pasos morfológicos de la evolución que no habrían tenido demasiada importancia si no fuera por la aparición simultánea de sistemas simbólicos compartidos, de formas tradicionales de vivir y trabajar juntos: en una palabra de la cultura humana.

La cultura se convierte entonces en el mundo en el que tenemos que adaptarnos y en el juego de herramientas que nos permite hacerlo. No se puede hablar de una mente “natural” que se limita a adquirir el lenguaje como un accesorio. Ni puede hablarse de la cultura como afinadora o moduladora de las necesidades biológicas. Como dice Clifford Geertz (Bruner, 1998), “sin el papel constitutivo de la cultura somos “monstruosidades imposibles... animales incompleto, sin terminar, que nos completamos o terminamos a través de la cultura”.

Hay tres razones para considerar la conclusión anterior. La primera es una cuestión metodológica: el argumento constitutivo, la participación del hombre en la cultura y la realización de sus potencialidades mentales a través de la cultura, hacen que sea imposible construir la psicología humana basándonos solo en el individuo. Considerar el mundo como un flujo indiferente de información que es procesada por individuos, cada uno actuando a su manera, supone perder de vista como se forman los individuos y cómo funcionan. O por citar de nuevo a Geertz, “No existe una naturaleza humana independiente de la cultura” (Bruner, 1998, p. 28).

La segunda razón es consecuencia de lo anterior, la psicología se encuentra tan inmersa en la cultura. Debe estar organizada entorno a esos procesos de construcción y utilización del significado que conectan al hombre con la cultura. Esto no nos conduce a un mayor grado de subjetividad en la psicología: es exactamente todo lo contrario. En virtud de nuestra participación en la cultura, el significado se hace público y compartido. Nuestra forma de vida, adaptada culturalmente, depende de significados y conceptos compartidos, y depende también de formas de discursos compartidos que sirven para negociar las diferencias de significados e interpretación.

La tercera razón por la que la cultura ha de ser un concepto fundamental de la psicología radica en el poder de la psicología popular, aquella que se ocupa de la naturaleza, causas y consecuencia de aquellos estados intencionales -creencias, deseos, intenciones, compromisos-. La psicología popular no es inmutable, varía al tiempo que cambian las respuestas.

En todas las culturas hay una psicología popular, que es uno de sus instrumentos constitutivos más poderosos y que consiste en un conjunto de descripciones más o menos normativas y más o menos conexas sobre cómo -funcionan- los seres humanos, como es nuestra propia mente y las mentes de los demás, como cabe esperar que sea la acción situada, que formas de vida sean posibles, como se compromete uno a estas últimas. El aprendizaje de la psicología popular que caracteriza a nuestra cultura se produce muy pronto; la aprendemos al tiempo que aprendemos a usar el lenguaje que adquirimos y a realizar las transacciones interpersonales que requiere la vida comunitaria (Bruner, 1998, p. 49).

Para Bruner la psicología popular está constituida por los deseos, creencias o premisas elementales que forman parte de las narraciones sobre situaciones humanas. La psicología popular postula la existencia de un mundo fuera de nosotros que modifica las experiencias de nuestros deseos y creencias. Este mundo es el contexto en el que se sitúan nuestros actos, y el estado en que se encuentra el mundo puede proporcionar razones para nuestros deseos y creencias. En la psicología popular se da por entendido que la gente posee un conocimiento del mundo, que adopta la forma de creencias, y se supone que todo el mundo utiliza ese conocimiento del mundo a la hora de llevar a cabo cualquier programa de deseos o acciones.

La división entre un mundo “interior” de experiencia y un mundo “exterior”, que es autónomo respecto a la experiencia, crea unos

dominios, cada uno de los cuales requiere una forma distinta de interpretación. Uno de ellos es el dominio que se encuentra bajo el control de nuestros propios estados intencionales, el otro es un dominio en el que el yo como agente opera con conocimiento del mundo y con deseos que se expresan de una manera congruente con el contexto y las creencias. Y el último tipo de dominio se produce -desde fuera-, de una manera que escapa a nuestro control. Es el dominio de la -naturaleza-. En el primer y segundo dominio, somos de alguna manera -responsables- del curso de los acontecimientos, mientras que en el tercero no lo somos (Bruner, 1998, pp. 53-54).

Bruner (1998, pp. 27-28), en el capítulo dedicado al tema de La cultura y la psicología popular, comenta que los sistemas simbólicos, que los individuos utilizaban al construir los significados eran sistemas que estaban ya en su sitio, que estaban ya “allí”, profundamente arraigados en el lenguaje y la cultura.... Entiende la “psicología popular” como un sistema mediante la cual la gente organiza su experiencia, conocimiento y transacciones relativos al mundo social. Indica que la manera de organizar su experiencia es a través de la narrativa

Según Bruner (1986) hay dos modalidades de funcionamiento cognitivo, dos modalidades de pensamiento: el argumento y el relato. Cada una de ellas nos entrega modos diferentes de construir la realidad. Estas dos formas de modalidades de pensamiento difieren fundamentalmente en sus procesos de verificación. Los argumentos, explican, convencen de su verdad, los relatos, permiten comprender una realidad y presentan una semejanza con la vida. En el primero la verificación se realiza mediante procedimientos que permiten establecer una prueba formal y empírica. En los relatos no se establece la verdad sino la verosimilitud. Cada uno de ellos brinda modos característicos de ordenar la experiencia, de construir la realidad.

La primera modalidad del funcionamiento cognitivo, Bruner, la denomina paradigmática, o lógica - científica, trata de cumplir el ideal de un sistema matemático, formal, de descripción y explicación. Emplea la categorización o conceptualización y las operaciones por las cuales las categorías se establecen, se representan, se idealizan y se relacionan entre sí afín de construir un sistema. En términos generales, la modalidad paradigmática o lógica - científica, se ocupa de sus causas generales y de su determinación, y emplea procedimientos para asegurar referencias verificables y para verificar la verdad empírica. Su lenguaje está regulado por requisitos de coherencia y no de contradicción. Su ámbito está definido no solo por entidades observables a los cuales se refieren sus enunciados básicos, sino también por la serie de mundos posibles que pueden generarse lógicamente y verificarse frente a las entidades observables; es decir, está dirigido por hipótesis de principios.

La aplicación imaginativa de la modalidad paradigmática da como resultado una teoría sólida, un análisis preciso, una prueba lógica, argumentaciones firmes y descubrimientos empíricos guiados por una hipótesis razonada.

La segunda modalidad del funcionamiento cognitivo es el narrativo, el que se sugiere para el abordaje investigativo y de atención psicológica, que consiste en contarse historia de uno a uno mismo y a los otros, al narrar estas historias vamos construyendo un significado con el cual nuestras experiencias adquieren sentido.

La construcción del significado surge de la narración, del continuo actualizar nuestra historia, de nuestra trama narrativa. Es una actividad humana fundamental, todos lo hacemos.

La aplicación imaginativa de la modalidad narrativa produce, buenos relatos, obras dramáticas interesantes, crónicas históricas creíbles (aunque no necesariamente “verdaderas”). Se ocupa de las intenciones y acciones humanas y de las vicisitudes y consecuencias que marcan su transcurso. Trata de situar sus milagros atemporales en los sucesos de la experiencia y de situar la experiencia en el tiempo y en el espacio. Ricoeur, Paúl, “sostiene que la narrativa se basa en la preocupación por la condición humana: los relatos tienen desenlaces tristes o cómicos o absurdos, mientras que los argumentos teóricos son sencillamente convincentes o no convincente” (Bruner 1986, p. 24).

A diferencia de los vastos conocimientos que tenemos sobre el funcionamiento del razonamiento lógico y científico, sabemos muy poco de cualquier sentido formal sobre la manera de hacer buenos relatos. Bruner, dice que quizás uno de los motivos de esa falta de conocimiento reside en que en un relato deben de construirse dos panoramas simultáneamente. Uno es el panorama de la acción, donde los constituyentes son los argumentos de acción: agente, intención, o meta, situación, instrumento; algo a un equivalente de una “gramática del relato” El otro es el panorama de la conciencia: lo que saben, piensan o sienten, o dejan de saber, pensar o sentir los que intervienen en la acción. Los dos panoramas son esenciales y distintos.

El objetivo de la narrativa son las vicisitudes de las intenciones humanas. Y puesto que hay millares de intenciones e infinitas maneras de que entren en conflicto -o así parecería- debería haber infinitas clases de relatos. Pero, extrañamente, no es el caso. Según un punto de vista las narraciones realistas comienzan con un estado calmo, canónico, o “legítimo” que

es interrumpido, con lo cual se produce una crisis que terminaron la restitución de la calma, dejando abierta la posibilidad de que el ciclo se repita.

Revisando estas dos formas o modalidades de funcionamiento cognitivo, o dos modalidades de pensamiento: el argumento y el relato, es el interés en esta revisión dar una mirada a los relatos, a esa manera como las personas organizan las experiencias de los eventos traumáticos dando sentido y significado a dicha experiencia. No se trata de estudiar las narraciones desde su estructura formal, sino más bien como operan las narraciones como instrumento de la mente en la construcción de la realidad.

Una de las maneras utilizadas por la gente para organizar sus experiencias es a través de las narraciones las cuales según, Bruner, presentan una serie de propiedades. La primera, quizás la propiedad más importante sea el hecho de que son inherentemente secuenciales. Los componentes de una narración son: una secuencia singular de sucesos, estados mentales, acontecimientos en los que participan seres humanos como personajes o actores. Pero estos componentes no poseen, por así decir, una vida, significado propio. Su significado viene dado por el lugar que ocupan en la configuración global de la totalidad de la secuencia: su trama o fábula. El acto de comprender una narración es, por consiguiente, dual: tenemos que captar la trama que configura la narración para poder dar sentido a sus componentes, que hemos de poner en relación con la trama. Pero la configuración de la trama debe, a su vez, extraerse a partir de la secuencia de acontecimientos. Paúl Ricoeur, citado por (Bruner, 1998, p. 56), comenta:

Una historia describe una secuencia de acciones y experiencias de un determinado número de personajes, ya sean reales o imaginarios. Estos personajes se representan en situaciones

que cambian... a las que reaccionan. Estos cambios, a su vez, revelan aspectos ocultos de las situaciones y de los personajes, que dan lugar a una situación problemática que requiere nuevos pensamientos o acciones, o ambas cosas a la vez. La respuesta que se da de esta situación hace que concluya la historia.

Una segunda propiedad de las narraciones es que puede ser “real” o “imaginaria” sin menoscabo de su poder como relatos. Es decir, el sentido y la referencia de un relato guardan entre sí una relación anómala. La indiferencia del relato a la realidad extralingüística subraya el hecho de que posee una estructura interna respecto al discurso mismo. En otras palabras, lo que determina su configuración global o trama es la secuencia de sus oraciones, no la verdad o falsedad de esas oraciones. Es esta peculiar secuencialidad la que resulta indispensable para el significado de un relato y para la forma de organización mental mediante la cual es captada.

Los relatos que construyen las personas y a los que nos hemos referido a lo largo del Artículo se han centrado en la organización de las vivencias, en el sentido y significado que han tenido los eventos traumáticos para sus vidas, pero es necesario enfatizar que también podemos construir y reconstruir narraciones, con significados más esperanzadores en escenarios y tiempos diferentes, donde las personas que se han enfrentado a eventos traumáticos han asimilado estas experiencias a sus historias personales gracias a factores resolventes que cada persona posee y a los factores protectores para el desarrollo de estos mismos factores.

*Es posible crear mundos mejores si sabemos
Donde estamos: el aquí y el ahora;
Con que contamos: fortalezas internas, fuerza
espiritual y características del mundo que nos rodea;
Para donde vamos: nuestras ilusiones,
imaginarios: proyectos de vida*

Goodman, en sus dos libros *Ways of Wordl Making* y *The Languajes of art*, explica con gran cuidado algunas de las maneras -en gran escala- de la forma como se construyen mundos a partir de versiones anteriores. Componemos y descomponemos mundos, impulsados por diferentes objetivos, prácticos y teóricos, subrayando unas veces los rasgos esenciales de nuestras construcciones, otras veces los contingentes. Imponemos y subrayamos características de mundos anteriores al crear nuevos mundos, y - lo que importa, desde luego, es apartarse de la relativa importancia de las diversas características del mundo corriente que vemos cotidianamente-. Imponemos orden, y puesto que toda esta en movimiento, el orden o la reorganización que imponemos es una manera también de imponer estabildades sustitutas (Torres M. G., 2006).

Siguiendo la idea desarrollada por Goodman en su capítulo mundos posibles dice: “Toda versión del mundo construida previamente puede tomarse como dada para las construcciones siguientes. Así, en efecto, la construcción de mundos implica la transformación de los mundos y las versiones del mundo ya hechas” (Torres M. G., 2006), pero esa creación de mundos a los que hacemos referencia en esta revisión tiene una dirección específica y es la creación de mundos más esperanzadores, con mejores niveles de convivencia, mas dialogo, mas respeto por el otro, menos violencia, mejores niveles de calidad de vida.

Lo anterior será posible cuando las personas que han enfrentado eventos traumáticos los han asimilado a su existencia, este es el punto de partida para crear mundos posibles como lo expone Goodman.

CONCLUSIÓN

La psicología cognitiva introdujo lo “mental” en el estudio del ser humano. Lo mental tiene que ver con el sentido, con el significado. Las personas organizan sus experiencias, deseos, proyectos, vivencias a través de las narraciones, a partir de estas se va dando sentido a la vida, a la nuestra, a la de los seres humanos, al momento y al mundo en que se vive. Las narraciones que hacen las personas se ven influenciadas por la cultura y por la psicología popular.

A través de la narrativa se puede identificar el sentido y significado que han tenido para las personas la vivencia de un evento traumático y con esta misma modalidad del pensamiento se puede construir y reconstruir estas experiencias traumáticas con el objeto de que las personas asimilen a su historia personal el evento traumático y logren una adaptación en cada uno de los ámbitos donde se desenvuelve continuando su ciclo de vida. La narrativa es un instrumento utilizado en la investigación para determinar la asimilación del evento traumático y en la parte de atención psicológica como una estrategia terapéutica para la adaptación después del psicotrauma.

El hombre puede crear mundos posibles, más esperanzadores siguiendo quizá un poco la filosofía de Carl Rogers cuando dice que “el hombre posee una tendencia a la autorrealización que puede ser obstaculizada pero no destruida.”

BIBLIOGRAFÍA

BRUNER, J. S. (1998). *Actos del significado: más allá de la revolución cognitiva*. Madrid: Alianza editorial.

(1990). *La elaboración del sentido: la construcción del mundo por el niño*. Barcelona: Ediciones Paidós.

(2001). *Realidad mental y mundo posibles: los actos de la imaginación que dan sentido a la experiencia*. Barcelona: Ed. Gedisa.

RAMÍREZ FRANCO M., et. al. (2002). *Cuadernos pedagógicos facultad de educación Universidad de Antioquia*. Medellín.

TORRES MARTÍNEZ, G. (2005). *Intervención psicosocial con una población desplazada por la violencia*. Bogotá D.C.: Universidad Piloto de Colombia.

TORRES MARTÍNEZ, G. (2006). *Modelo de Intervención Psicológica en personas enfrentadas a Psicotrauma*. *Revista Facultad de Medicina*. Bogotá D. C.: Universidad Nacional, pp. 330-337.

TORRES MARTÍNEZ, G. (2007). *Sentido y significado del desplazamiento forzado en niños y adolescentes*. Bogotá D.C.: Universidad Piloto de Colombia.