

Entendiendo los llamados "comportamientos anormales"

by Ricardo Arturo Arreola Viera - Thursday, June 18, 2015

https://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/nuevas-comprensiones-sobre-los-comportamientos-anormales.html



[Regresar al índice de este documento.](#)

Los "trastornos mentales" o "comportamientos anormales" pueden adquirir significados diferentes si se desarrollan comprensiones fenomenológicas que conduzcan al reconocimiento de la experiencia dentro de su propio contexto.

Desarrollo:

Para construir estas comprensiones se necesita recuperar el lenguaje cotidiano que recoja las intuiciones e impresiones personales forjadas desde la propia experiencia. La recuperación de este lenguaje implica la confirmación de las descripciones fenomenológicas personales como conocimiento válido, en desmedro del saber experto de los especialistas.

El lenguaje cotidiano es pragmático y descriptivo. Su función social es construir las relaciones constitutivas de la experiencia porque, en rigor, la experiencia es interexperiencia. La función contraria ocurre con el lenguaje pictórico que crea entidades intrapsíquicas a través de la reificación de los términos mentales que utiliza.

En cambio, la descripción de la cotidianidad de la experiencia no fabrica conceptos que indiquen la presencia de

aparatos, impulsos, conflictos o mecanismos que presuntamente actúan detrás de la "experiencia visible". Por su carácter interpersonal, el lenguaje cotidiano describe la progresiva complejidad relacional de la experiencia desde la intersubjetividad en que se va tejiendo, en niveles cada vez más finos y singulares.

Recordemos que los seres humanos somos relacionales en cuanto que somos la encarnación de todos los significados, costumbres, lenguajes, dimensiones, disposiciones, moralidad, ideología y cultura que nos construyen desde que nacemos hasta que morimos. Esta realidad viviente es la facticidad del ser humano, es decir, es el mundo al que somos arrojados. Y, al mismo tiempo, somos los constructores de este mundo.

En suma, el ser humano es relacional en cuanto a que es la síntesis del mundo que lo crea y del mundo que él crea. El ser humano no vive en un mundo, sino que es el mundo que vive. La naturaleza relacional del ser humano es el mundo que él mismo es. No hay persona y mundo separados. Uno construye al otro y el otro construye al uno. Mundo y ser son uno sólo porque son una co-construcción, y esta co-construcción es la existencia.

Ciertamente, hay una realidad cruda que el ser humano co-construye y de esta co-construcción emerge el mundo, que ya no es ni realidad cruda ni ser humano individual. Esta emergencia fenomenológica de mundo y de ser es la existencia, y ocurre en cada instante. Cuando el ser humano es arrojado a esta realidad cruda, llega a un mundo que ya está co-construyendo y co-construyéndolo.

Tal es como, los "trastornos mentales" o "estados psicológicos anormales que producen disfuncionalidad y malestar" son susceptibles de ser comprendidos como formas existenciales de ser tan válidas y respetables como cualquier otra forma existencial de ser, aunque no sean funcionales, normales ni sanas para los estándares del contexto en que ocurran.

Estas formas de vida y de ser se apartan notoriamente de la norma psicosocial establecida por el conocimiento experto y sólo desde este ángulo podrían ser catalogadas como anormales. Pero si se prescinde de esta normatividad, basada en el intrapsiquismo, la esencialización y la reificación lingüística, quedamos frente a un ser humano relacional que se vive desde sus propias razones en dirección a un advenir con un puñado de posibilidades.

Este ser humano es inclasificable y concreto, y simplemente se haya existiendo. Jamás podrá corresponder con ninguna generalidad ni con ninguna clasificación, ni tampoco podrá ser declarado enfermo porque exista de cierta manera.

Estas formas de ser en el mundo no solamente son diferentes a la norma y merecen respeto. También entrañan inmensas posibilidades de existencia. Así como una experiencia puede resultar disfuncional, limitante y sumamente dolorosa cuando es calificada como "trastorno", la comprensión fenomenológica puede mostrarnos aspectos completamente distintos. Incluso, esa misma experiencia puede ser concebida, en algunos casos, como positiva, valerosa, virtuosa, benéfica e indicativa de un porvenir promisorio.

Estas ideas pueden ser aplicadas rigurosamente a los casos típicos de trastornos psicológicos, aunque también son aplicables a cualquier forma de vida que no goce de la aceptación general como ocurre con el comportamiento de los adolescentes, entre otros casos más.

Para ilustrarlo, imaginemos de nueva cuenta el cuadro de depresión mayor en sus diversos subtipos, considerando que el ejemplo se podría extender de manera similar a cualquier otro trastorno del DSM. Para empezar, recordemos que efectivamente todos los trastornos causan disfuncionalidad, se experimentan con malestar y expresan una anormalidad.

Sin embargo, esto sólo es cierto dentro de un contexto específico, de acuerdo a la normatividad vigente y desde el ángulo del saber experto. La discrepancia con la visión psicopatologizante se ubica en la naturaleza del trastorno:

no se trata de una entidad nosológica intrapsíquica con vida propia e independiente de la situación, sino de una manera de ser en el mundo que, en rigor, es equivalente a la situación misma. Desde la perspectiva existencial, este "trastorno" no es un trastorno sino una forma de ser, no es intrapsíquico sino interpersonal y no es anormal en sí mismo sino solamente respecto a la norma mental y social.

No se explica desde los entretelones de una realidad psicológica oculta sino a partir de la propia experiencia vivida. Tampoco es disfuncional en sí mismo sino respecto a los estándares de rendimiento y de operatividad establecidos, y el malestar que genera es en gran parte debido a las características del contexto que construye esta experiencia.

En otras palabras, cuando hablamos de una depresión mayor nos encontramos con un estado de ánimo depresivo y/o anhedonia, como síntomas básicos de arranque, pero estos síntomas y los que se agreguen, solamente crean disfuncionalidad y malestar si nos vinculamos con la persona desde un marco clínico y sólo si observamos la experiencia desde esta perspectiva.

Pero la exploración fenomenológica puede reportarnos un número inacabable de apreciaciones subjetivas, tonos emocionales, ángulos cognitivos, cualidades perceptivas, ideas sobre el mundo y vínculos relacionales que nos mostrarían una persona única e inclasificable la cual rebasaría las demarcaciones de cualquier cuadro clínico.

Esta exploración nos informaría sobre la forma exclusiva en que la persona está vivenciando su mundo, con los mayores detalles fenomenológicos imaginables y las constantes existenciales presentes. Incluso podríamos aprender, y hasta maravillarnos, de su perspectiva insustituible e incapsulable. En ella podríamos encontrar, e igual podríamos no encontrarlo, una resistencia heroica, un deslinde mortal, un desapasionamiento irremisible, un refugio inexpugnable, una oscuridad necesaria, una reinención subterránea, un sitio sin registro o cualquier otra cosa que sólo la poesía del existente podría saberlo.

¿Por qué esta experiencia insólita tendría que ser un producto enfermo y debería ser destruida a ultranza? Tal vez, con una visión fenomenológica, el malestar de la persona pudiera tornarse más soportable y probablemente su grado de disfuncionalidad empezara a disminuir. Pero aun cuando esto no ocurriera, la persona se convertiría más en ella misma al apropiarse con mayor plenitud de su propia existencia.

Se reconocería como el ser humano que es en este momento, con su historia y sus posibilidades únicas, y desde ellas se enfilaría a nuevas direcciones si así lo eligiese. La depresión mayor se convertiría en una condición de su existencia actual, junto a muchas otras condiciones existenciales, con cualidades únicas, y se viviría como le correspondiera existir al elegirse de esta manera.

Sin embargo, no debe suponerse que las experiencias dolorosas poseen por sí mismas algún carácter especial o que remiten a simbolismos sagrados. Tampoco se trata de otorgarles significados gratuitos, esotéricos o ideológicos, como lo haría el discurso de la generalidad y de la clasificación.

No son, por definición, experiencias de "renacimiento", de "crítica a la sociedad", de "cuestionamiento a un mundo en decadencia", de "purificación interna" ni de "heroicidad posmoderna". No son la "piedra de toque del crecimiento espiritual" ni son la expresión patente de la "resistencia encultural". Pese a todo, cualquier experiencia dolorosa podría ser portadora de estos significados, aunque también podría no serlo. Sólo la exploración fenomenológica podría revelarnos su particular significado en cada situación concreta.

La exploración fenomenológica del dolor emocional, del malestar existencial o de cualquier aspecto de la experiencia, conduce a la apertura de posibilidades que, de otra manera, serían impensables.

La exploración del malestar no es un ejercicio de masoquismo ni un acto de descarga abreactiva. No pretende liberarnos del dolor ni extraer algún tipo de enseñanza. Tampoco se propone moderar las emociones ni dejarlas

desfogar impulsivamente.

Sólo busca sostenernos en la experiencia dolorosa para que podamos vivirnos y co-construirnos desde ella. Cuando esto ocurre, la vivencia exploradora genera la aparición de horizontes novedosos y el existente empieza a habitarse en nuevos mundos, con dolor o sin él.

Cabe considerar que probablemente el malestar emocional extremo, o el "trastorno mental", pudieran disolverse en ambientes apropiados donde el "enfermo" llegase a ser tratado con condiciones de igualdad. Sería un ambiente donde no se le miraría como "enfermo" y donde profesionales y enfermos serían solamente seres humanos que convivirían y se cuidarían naturalmente entre sí.

Esto nos recuerda el espíritu de las Clínicas Filadelfia de Ronald Laing para el tratamiento de la esquizofrenia. Si a este ambiente igualitario, libre y de convivencia se le sumara la exploración fenomenológica como una constante de relación, el proceso de "curación" podría intensificarse mucho más y acaso el "trastorno" pudiera remitir, aunque no lo podríamos asegurar. Pero tampoco estamos afirmando que, en caso que sí fuese posible lograr esta "remisión", tuviéramos que actuar necesariamente en esa dirección.

Lo único cierto es que cualquier modalidad de experiencia humana es una expresión pura de vida, con mayores o menores posibilidades de despliegue existencial en cada situación, y que una comprensión fenomenológica poderosa es aquella que logra develar el ser-mundo de estas experiencias situacionales con toda la inteligencia y el sentimiento que entrañan, y este acto ontológico de mostrarse, además de ser sagrado, es la única carta que el existente puede jugar.