

Taller Esquema del Psiquismo

Objetivos

- Explicar cómo funcionan los centros de respuesta para producir desbloques
- Explicar que la conciencia actúa en distintos niveles y para qué sirven
- Resaltar la importancia de la atención en el funcionamiento vigílico
- Destacar la importancia de los sentidos internos en el conocimiento de sí mismo
- Comprender la imagen como transportadora de carga síquica

I. Introducción (20)

Este es un tema bastante complejo, así que no esperen que yo les de aquí todas las respuestas, mas bien ofreceré una forma para que estudiemos en conjunto y vayamos construyendo nuestro conocimiento del esquema del siquismo. Así que es muy posible que mas de un concepto yo no lo maneje, asi es y vayan mis disculpas adelantadas.

El taller está dividido en tres partes:

La primera en que iremos estudiando juntos el esquema del siquismo

Una segunda donde se trabajará en grupos

Y una tercera de cierre de trabajo individual y reflexión conjunta

Está pensado para unas tres horas de trabajo y haremos un café en la mitad, se que van a quedar cosas quizás sin entender, pero les pido que me sigan el ritmo para lograr introducirlos al tema y luego si hay cosas que no se entendieron hay literatura específica que podrá ayudar en el tema.....

10' Ejercicio 1: Para ponernos a tono les propongo un breve relax, para que soltemos nuestras tensiones y una breve reflexión inicial...

En plena oscuridad, escucho una voz que dice: "Entonces no había lo existente ni lo no-existente; no había aire, ni cielo y las tinieblas estaban sobre la faz del abismo. No había seres humanos, ni un solo animal; pájaro, pez, cangrejo, madera, piedra, caverna, barranco, hierba, selva. No habia galaxias ni átomos... tampoco había allí supermercados. Entonces, naciste tu y comenzó el sonido y la luz y el calor y el frío y lo áspero y lo suave". Y entonces nació la primera forma de vida, aquella vida que nos antecede...volvamos acá y preguntémosnos cómo habrá sido el esquema del siquismo de aquel primer vegetal?.....cómo fue evolucionando

10' Esquema I

Estimulo (1) : y este fue captado por el aparato de los sentidos(2) de un vegetal que reflejamente (3) se dirigió al centro de respuestas (4) que hasta ese momento tenía sólo configurado el centro vegetativo (5) y a partir de ahí dio una respuesta (6)

Las respuestas al principio fue vegetativa (plantas), luego aprendió a moverse y dio respuestas motrices, (7) luego aprendió a registrar el peligro y dio respuestas emotivas (8)todo esto lo pudo hacer gracias a que se organizó un aparato de Memoria que iba grabando sus respuestas (9) e iba teniendo un registro de sus respuestas (10) y un registro de su la memoria (11) el cual le iba permitiendo el aprendizaje, finalmente y hacia el final de su evolución aprendió a pensar (12) y se complejifica el aparato de la conciencia (13) el cual tiene distintos niveles de trabajo (14) que vamos a entender posteriormente

Así el esquema del Psiquismo va a estar configurado por cuatro aparatos

La estructura de los sentidos

La estructura de la memoria

La estructura de la conciencia y sus distintos niveles

La estructura de los centros de respuesta

Cómo hace la conciencia para captar la información del medio externo e interno

II. Los Sentidos (10')

Los sentidos para conocer la realidad externa son el tacto, oído, vista, olfato etc, los sentidos externos.

Sin embargo hay otro tipo de sentidos que en general conocemos menos y son de suma importancia para conocer la realidad interna, son los sentidos internos, son responsables de nuestras sensaciones internas y de registrar el acierto y error de la acción, gracias a ellos se produce el aprendizaje.

¿Qué sentidos externos conocen? ¿e internos.?

[Leer definición y agregar estímulo interno \(15\)](#)

[Agregar Registro de Respuesta \(16\)](#)

Ejercicio 2:

Una imagen de puesta de sol.....imaginar.....qué sienten con qué pueden registrar eso....cómo se sienten....

Esos sentidos que permiten el registro de las sensaciones son los sentidos internos, que hasta ahora no son demasiado conocidos y han sido quizás dejados de lado en el material mundo de hoy donde los sentidos externos son los que nos permiten ver lo que supuestamente es real.....

III. Memoria (20')

Leer definición

Todo lo que entra queda grabado, y no solo lo que entra, sino también lo que sale y gracias a eso se da el aprendizaje. "Aprendes según lo que haces, la conciencia no es pasiva, de ahí que el aprendizaje es constructivista.

Se graba lo que entra y también lo que sienten los sentidos internos, por eso si yo grabo un estímulo y justo en ese momento tenía dolor de estómago se graba asociado.

La memoria siempre está enviando a concienciaRecuerdos (17)

Ejercicio 3

¿quién ha recordado algo mientras estamos aquí?...Cómo fue ese recuerdo, qué fue ese recuerdo, ese recuerdo fue una Imagen (18) , esa imagen seguramente gatilló algún tipo de respuesta ¿de qué tipo fue?.....

Percepción....Bien, hablábamos de que los sentidos reciben y suministran datos a conciencia, cómo se llama esto...todo este rato que hemos estado juntos, ustedes me han escuchado, visto, a la vez cotejan con lo que ya saben, ustedes me están percibiendo....yo lanzo estímulos y ustedes perciben (19)

Leer Definición

Ejercicio 4

Quien puede decirme cómo me percibe.....varios....y qué de todo eso será cierto ¿Y con todo lo que estamos viendo quien se atreve a decir que percibe "lo real"?

IV. Imagen (15')

Los estímulos provenientes de los sentidos externos (vista, oído, olfato, gusto y tacto) e internos (cenestecia, tensión, temperatura etc) llegan a la conciencia como percepciones, grabándose simultáneamente en la memoria. A su vez, la memoria lleva estímulos a la conciencia (recuerdos). La conciencia traduce todos los impulsos en imágenes que actúan sobre los centros de respuesta externa dando lugar a la conducta y a la sensación interna.

Ejercicio 5 : las imágenes mueven al cuerpo

-Cierre los ojos, imagine que mueve la izquierda , pero mueva la mano derecha pero

-Cierre los ojos, imagine que se va rascar la nariz, pero rásquese el pelo

Son las imágenes las que guían al cuerpo....uno es capaz de levantarse e ir hacia alguna parte porque tiene una imagen del lugar o una imagen interna de la necesidad de encontrarlo

[Leer Definición de Imagen](#)

V. Centros de Respuesta (20')

Tipos de Centros: Existen 4 centros principales de respuesta:

Intelectual

Emotivo

Motriz

Vegetativo

Sexual

[Leer Definición](#)

Energía de los Centros. Al trabajo o actividad de los centros corresponde un tipo de energía a la que llamamos energía nerviosa y que circula entre ellos. El nivel de esa energía es fijo por lo que al aumentar la actividad de unos centros, disminuye en otros, especialmente en los que llamamos contiguos.

Ejercicio 6: Contar de 100 hacia atrás rapidito hasta el 87 en que van a empezar a correr en su puesto y seguir contando hacia atrás primero suave y después rápido , luego hacerlo pero corriendo.....

Reflexión de implicancias: Ej, un intelectual que pone su energía en el intelecto desequilibra su centro emotivo, una persona que está con mucha sobrecarga emotiva se le ayuda cargando los otros centros como el motriz,

Velocidades de los Centros. En el dictado de respuestas al medio, la velocidad aumenta a partir del centro intelectual que es el más lento, hasta el centro vegetativo y sexual que es el más rápido.

Reflexión: voy cruzando por la calle y frena un auto justo delante de mí ¿cuál es mi primera respuesta?Registro adrenalina , salto, luego me asusto y al final pienso y digo o casi me atropellan.

VI .Conciencia (15')

Sentidos, Centros y Memoria requieren una coordinación y ahí surge la conciencia....

Y a ella la dejamos para el final pues al ser la coordinación de todo es más compleja

Leer definición y agregar sensaciones (20)

mecanismos de CONCIENCIA, (21) .

a) Reversibilidad **Leer def** (Apercepción 22) **Ejercicio 7:** Ahora mientras me observan van a llevar su atención para apercebir sus sentidos, qué están viendo, cómo escuchan, qué están sintiendo adentro, sientan los límites del cuerpo y lleven su atención hacia las fuentes de información, los sentidos y tb, la memoria, hay imágenes que se me impongan etc.....

(Evocación 23) **Ejercicio 8:** Quedarse en calma y permitir ver qué nos aparece de memoria...eso que aparece sin ir a buscarlo es un recuerdo. Ahora vamos a captar lo que es evocar, vayan a buscar en su memoria su juguete preferido de infancia, o algo que les gustaba comer....ese acto de que la memoria va en búsqueda es evocar

Leer def

b) intencionalidad y tiempos de conciencia (no pretender todo)

c) atención

d) abstracción

e) asociación

Estos mecanismos se expresan y funcionan más eficazmente en el nivel vigílico, caracterizando a su vez a este nivel, salvo el mecanismo de asociación cuyo campo de trabajo se da perfectamente en los niveles de sueño y semisueño. Al descender los niveles se rarifican en su funcionamiento, perdiendo eficacia objetiva (es decir, eficacia respecto a objetos del mundo externo)

CAFÉ (20')

Ejercicio 9: Niveles de Conciencia (30')

En un principio el ser vivía en una especie de semisueño y ha ido alcanzando la vigilia, cada estado de conciencia que se ha ido adquiriendo se ha montado sobre el anterior

Esta conciencia no trabaja siempre igual, trabaja en formas distintas según sea su estado.

Sueño, se apagan los sentidos externos y sólo funciona lo interno, en vigilia es al revés pero esto nunca es absoluto.

Trabajo Grupal (máximo 3 grs)

Ver cómo funciona los aparatos del siquismo estando la conciencia en sueño, semisueño y vigilia

| | Sueño | Semi-Sueño | Vigilia |
|--------------------------------|-------|------------|---------|
| Sentidos Externos | | | |
| Sentidos Internos | | | |
| Memoria | | | |
| Grabación | | | |
| Percepción | | | |
| Recuerdo | | | |
| Sugestionabilidad de la Imagen | | | |
| Centros de Respuesta | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

Intercambio (20'), lo que agregan

| Nivel de | Forma de conectarse | Características |
|----------|---------------------|-----------------|
|----------|---------------------|-----------------|

| Conciencia | con el mundo, nivel atencional | |
|---|--|---|
| Nivel Sueño | Ccia casi desconectada del mundo, predominio total de imágenes internas. | <ul style="list-style-type: none"> • Hay un mínimo trabajo de los sentidos externos(no hay información del medio externo salvo aquella que supera el umbral que pone el mismo sueño) • Funcionan el sentido cenestesico • Desaparecen los mecanismos críticos y autocríticos que aumentan su trabajo según se aumenta de nivel. • Las imágenes presentan un poder sugestivo total |
| Nivel Semisueño al despertar al dormirse, cansancio con | Atención difusa | <ul style="list-style-type: none"> • Aumenta el trabajo de los sentidos externos, pero aún está la percepción muy teñida por ensoñaciones y sensaciones internas • Empieza a disminuir el poder sugestivo de las imágenes |
| Nivel Vigilia, estamos despiertos y funcionando | Atención ingenua | <ul style="list-style-type: none"> • Disminuyen las imágenes internas y aumenta la conexión con el medio a través de la atención. • Pero la atención es constantemente atrapada por estímulos. • Es un estilo atencional que está chupado por el mundo externo, identificado con el hacer la tarea, la conversa , sin conciencia de sí. • Los estímulos me tienen tomado de acuerdo a mis intereses y mi acción mecánica |
| Desde Nivel de Vigilia a Conciencia de Si | Atención Dirigida | <ul style="list-style-type: none"> • Desde el nivel de vigilia podemos intencionalmente ejercitar la atención dirigiéndola hacia estímulos escogidos. • Este tipo de ejercicio requiere la mayoría de los trabajos de actitud positiva, de dar , de cambio de creencias, y el trabajo estructural que requieren un acto intencional y no mecánico. |

Hacia la Conciencia de Si...

Un salto notable se produce cuando comienza entre los homínidos la codificación de signos (sonidos y gestos). Luego los signos codificados se fijan con más permanencia (signos y símbolos grabados). Estos signos mejoran la comunicación que relaciona a los individuos entre sí y relata cuestiones de importancia para ellos referidas al ámbito en que viven. La memoria se amplía y no es ya sólo transmisión genética y memoria individual, sino que gracias a la codificación de señales, los datos pueden almacenarse y transmitirse sógnicamente, creciendo la información y la experiencia social.

Posteriormente, se da un segundo salto de importancia: los datos de memoria se independizan del aparato genético y del individuo, apareciendo la memoria dispersa, que va prosperando desde los primeros signos en muros y tablillas de arcilla hasta alfabetos que posibilitan textos, bibliotecas, centros de enseñanza, etc. El aspecto más relevante que ha operado ahí, es que el psiquismo sale de sí, se plasma en el mundo.

El psiquismo se ha ido haciendo complejo, al par que refleja sus anteriores etapas. Especializa también aparatos de respuestas que desde una original función vegetativa fue desarrollándose hasta un intelecto de complejidad creciente. Según el grado de trabajo interno y externo, la conciencia ha ganado niveles desde el sueño profundo, al semisueño y, ulteriormente, a una vigilia cada vez más lúcida cómo será aquel próximo paso evolutivo?

Reflexión el nuevo desafío futuro del psiquismo es elevar el nivel de conciencia en la humanidad hasta compartir un nivel de conciencia de sí (24)
Permítanme inducir una reflexión para ver si logramos imaginar lo que podría ser un ser humano con conciencia de si

Ejercicio 10 (20')

Imaginemos...¿Quién es uno? ¿Trillones de células que se organizaron, eso es uno? Se organizaron hace mucho tiempo para ser el ser humano que somos. Antes no era así el ser humano era de otra manera . Se fue humanizando. Hay resabios de ese otro, elementos residuales de la evolución... ¿Dónde empieza la biografía de uno? Nuestra biografía. La de esta Intención, de esta búsqueda...Padres, abuelos...Antes, civilizaciones primeras, antes, homínidos, dónde empieza la evolución, la respuesta adaptativa, este autotransformase de la Vida para permanecer...Papás, abuelos, homínidos, reptiles, antes, una chispa eléctrica, un pedazo de estrella que se enfría, viene del Sol, de otras estrellas que se desintegran y se enfrían, arcilla del Cosmos, la explosión inicial...Me pierdo en el Infinito...Algo no existía y empezó a existir, o estuvo siempre...Se autotransforma desde siempre...Y yo soy parte de eso...Me hermano con los otros objetos, los árboles, los otros...

Parece que la Vida tiene proyecto, dirección, intención, no de algo ajeno y fuera de mí, lo reconozco en mí, arcilla del cosmos igual que todo lo que existe...

Me registro feliz y libre desde esa mirada cósmica, me integra...

Vuelvo aquí y comentamos, si yo les pregunto qué les surge en una palabra qué pasará cuando el psiquismo avance y logre formar un nuevo nivel de conciencia (lluvia de ideas)....

Lectura colectiva....

Qué así sea