

## UNIDAD 6: La conciencia

### 1. ¿Qué es la conciencia?

La idea habitual de “estar conscientes” es la de *darnos cuenta* de lo que nos pasa. En este sentido podríamos definir a la conciencia como el conjunto de percepciones, ideas y sentimientos que una persona experimenta en cada momento. Sin embargo, no nos damos cuenta sólo de lo que nos pasa, sino también de lo que deseáramos que nos pase, de las decisiones que estamos tomando, de las conclusiones extraídas de las experiencias pasadas, de los recuerdos, incluso somos conscientes de estar conscientes. Es tan amplio y tan ambiguo el concepto de conciencia que también se lo ha identificado con la idea de mente, de pensamiento, e incluso de Yo —es decir, nuestra identidad— o de alma. Por ello se ha hablado de la conciencia como todo lo que pasa por nuestra mente, o bien, como la capacidad de darnos cuenta de nuestra propia subjetividad, o también como la parte “espiritual” del ser humano.

En todo caso al sustantivar la idea de conciencia —decimos “la conciencia”— estamos presuponiendo una sustancia con entidad propia, un sujeto que realiza, o un lugar donde ocurren, todos los procesos psíquicos. Si hay pensamientos o recuerdos o sentimientos debe haber necesariamente algo que piense, que recuerde o que sienta. O bien, estos procesos deberían darse en algún “lugar” determinado. Esta concepción “mentalista” de la conciencia o del sujeto pensante tiene su antecedente moderno en Descartes, filósofo racionalista del siglo XVII. El empirismo inglés, principalmente a través de Hume, filósofo del siglo XVIII, criticó esta idea metafísica del sujeto pensante o de alma, afirmando que de lo único que tenemos constancia es de una serie de estados o procesos mentales que se suceden unos a otros y que, por efecto de la memoria, se los atribuimos a un sujeto; pero, en realidad, no sería legítimo afirmar, de una manera empírica y racional, la existencia de una supuesta sustancia espiritual agente de todos estos procesos.

En el desarrollo de la psicología moderna, esta concepción filosófica empirista de la subjetividad humana fue recogida y desarrollada por todas aquellas corrientes psicológicas que, tal como el “conductismo”, le negaron a la conciencia o a la mente el carácter de objeto de conocimiento científico. Para el conductismo los únicos aspectos del comportamiento humano que pueden ser estudiados son aquellos que son observables, es decir la conducta.

En una línea semejante se propuso como objeción a la idea de conciencia como objeto de estudio de la psicología el hecho de que la herramienta para estudiar a los fenómenos conscientes sería la propia conciencia. Y pretender estudiar a un objeto utilizando al mismo objeto como herramienta de estudio sería algo así como aquel individuo que pretende separarse del suelo tirando de los cordones de sus propios zapatos.

¿Después de pensar en todas estas objeciones, nos rendimos ante ellas y aceptamos quitar la cuestión de la conciencia de los problemas de la psicología, dejándola aparcada en el campo de la reflexión filosófica? ¿O bien, intentamos la búsqueda de otras perspectivas como, por ejemplo, indagar en la conciencia entendida ya no como “sustancia” o como “lugar”, sino como *estado* del sujeto, cuya actividad mental presenta una serie de propiedades, y que se define por oposición a otros estados que carecen de ellas? Por ejemplo, cuando hablamos de ser o estar conscientes, en oposición a estar dormidos, en coma, o a realizar actos sin darnos cuenta, es decir de manera inconsciente.

## 2. La aparición del inconsciente

La idea de “conciencia” cobra sentido cuando en el desarrollo de la psicología moderna se da el reconocimiento de procesos psíquicos que escapan a nuestro conocimiento y control. Mientras este reconocimiento no se daba, las fronteras de la conciencia coincidían con las del psiquismo o las de la mente. La subjetividad humana era esencialmente subjetividad consciente. Cuando se comenzó a identificarse contenidos mentales que consiguen manifestarse o intervienen en nuestro comportamiento sin que nos demos cuenta de ello, es decir de manera inconsciente, fue recién entonces cuando tuvo sentido hablar de “conciencia”. Dicho de otro modo, la vida consciente comenzó a comprenderse como tal sólo a partir de reconocer aquellos estados que quedaban excluidos de ella.

Uno de los primeros en reconocer la existencia de una actividad mental que escapa al control consciente fue Sigmund Freud, médico vienés que desarrolló sus investigaciones desde finales del siglo XIX, coincidiendo su muerte con el comienzo de la segunda guerra mundial.

Freud y sus seguidores creían que existe una parte de la mente, el inconsciente, que contiene recuerdos, pulsiones y deseos a los que la conciencia no tiene acceso. Según Freud, algunos recuerdos y deseos emocionalmente dolorosos se reprimen, es decir, se desvían hacia el inconsciente, desde donde pueden seguir influyendo sobre las acciones personales aun cuando no se sea consciente de ello. Los pensamientos y estímulos reprimidos no pueden ingresar en la conciencia, pero sí afectar a la persona de manera indirecta o solapada: a través de los sueños, los lapsus, los actos fallidos, y también los síntomas de las neurosis. El nombre de lapsus se utiliza comúnmente para hacer referencia a comentarios no intencionados que se da por sentado revelan impulsos escondidos. Decir «me da pena que te encuentres mejor», cuando lo que se quería decir era «me alegra que te encuentres mejor», es un ejemplo de acto fallido (Se podría interpretar como que nuestro deseo inconsciente no es precisamente que nuestro interlocutor mejore su salud, pero nuestra conciencia al no permitirse reconocerlo sólo deja que se manifiesta mediante un acto fallido o un *lapsus*)

Según creía Freud, las pulsiones y deseos inconscientes son la causa de la mayoría de las enfermedades mentales. Freud desarrolló el método del psicoanálisis, el cual intenta restituir el material reprimido a la conciencia y, al hacerlo, curar al individuo. La mayoría de los psicólogos acepta la idea de que existen recuerdos y procesos mentales a los que la introspección no tiene acceso y que, por lo tanto, pueden ser descritos como inconscientes. Sin embargo, para muchos, Freud ponía demasiado énfasis en los aspectos pulsionales, especialmente de índole sexual, del inconsciente y no el suficiente en otros aspectos.

Según la teoría freudiana el inconsciente es previo a la conciencia. Sería algo así como decir que la animalidad instintiva precede a la racionalidad humana; o, dicho de otra forma, que la represión de las pulsiones –precisamente lo que da origen al inconsciente– es la condición para el surgimiento y el desarrollo de la razón y de la cultura, tal como afirmara Freud en sus últimas obras.

## 3. Características del “campo de la conciencia”. La atención.

Sin abandonar la idea de que la conciencia no es un lugar ni una entidad sustancial, sino más bien un estado que se manifiesta en mayor o menor grado en el conjunto de los procesos psíquicos, podría compararse en un sentido estrictamente metafórico al “campo de la conciencia” con el escenario de un concierto. Todo lo que ocurre en un escenario está en

continuo movimiento, es una realidad dinámica. La iluminación no suele ser homogénea: los técnicos en iluminación van dirigiendo los focos a determinadas zonas, ya sea para iluminar la intervención solista de un instrumento, o para acompañar los movimientos del cantante, o incluso rebajando la intensidad de la luz en general cuando la canción está a punto de terminar. Podría decir que las zonas del escenario que en cada momento están más iluminadas representan el “foco de la conciencia”, las zonas que quedan en penumbra representarían el pre-consciente y todo aquello que queda entre bambalinas y que el espectador por lo general nunca puede ver, a no ser que se meta por detrás del escenario, representaría al inconsciente. La tarea del técnico en iluminación tiene por finalidad “seleccionar” aquellas áreas que en cada momento considera más importante, dejando en penumbra o a oscuras las que lo son menos. Esta función selectiva puesta de manifiesto en el continuo movimiento del foco de la conciencia representa la *atención*.

En esta breve comparación hemos introducido las características principales del estado consciente. Es un estado dinámico, que está en flujo permanente. No es homogéneo, es decir, habría contenidos mentales de los que somos más conscientes que otros. En esta heterogeneidad de la conciencia habría que distinguir el pre-consciente o subconsciente del inconsciente: las ideas subconscientes quedan alejadas del foco de la conciencia pero en cualquier momento pueden ser recuperadas, en cambio los contenidos inconscientes están *reprimidos* y por tanto desalojados definitivamente del control consciente (éste último es un concepto propio de la teoría psicoanalítica de Freud).

Por ejemplo, ahora podríais estar leyendo este texto rodeados por el silencio de vuestra habitación. El esfuerzo por entender su contenido y retenerlo para el examen de mañana hace que el sonido del televisor que está en la sala llegue hasta vuestros oídos, luego de pasar a través de la puerta cerrada, de manera muy tenue. Vuestra concentración en el texto, sumado a la debilidad del estímulo auditivo, hace que lo que oís de la tele quede en el subconsciente (estáis *oyendo* pero no *escuchando*), y podáis mantener vuestra atención en el texto. El foco de la conciencia puede ser que “ilumine” la materia que estáis estudiando hasta que, pongamos por caso, un fuerte ruido que llega desde la calle, percibido por vosotros con toda nitidez puesto que tenéis las ventanas abiertas para poder soportar una noche calurosa, obliga a que el foco se desplace hacia un posible accidente automovilístico, y la curiosidad os haga dar un respingo en la silla y asomarnos a la ventana para ver qué ha pasado.

El procesamiento de la información ambiental constituye una de las principales funciones de los sistemas sensoriales del cuerpo. Conduce a la toma de conciencia de lo que sucede en el entorno y dentro del propio organismo. Sin embargo, no sería posible atender a todos los estímulos que inciden en los sentidos sin experimentar una sobrecarga de información. Por lo tanto, la conciencia se centra en algunos estímulos y hace caso omiso de otros. En general, la información seleccionada se relaciona con cambios en el mundo interior o exterior del individuo. La atención es selectiva. Algunos sucesos tienen prioridad sobre otros para acceder a la conciencia y provocar una acción. Los sucesos que son importantes desde el punto de vista de la supervivencia suelen tener total prioridad. Si se está hambriento, es difícil concentrarse en el estudio; si se experimenta un dolor repentino, se aleja todo pensamiento de la conciencia hasta que se hace algo para aliviar ese dolor.