

EL SUEÑO INFANTIL, FUNDAMENTOS FILOSÓFICOS PARA LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA

Resumen: Cada una de las modalidades de intervención en los aspectos del sueño infantil implica un paradigma diferente. Son modos de pensamiento que siempre ha existido en nuestra cultura desde la antigua Grecia, y que se reproducen en el status de la psicología actual. Los trastornos del sueño infantil, son aspectos sujetos en la actualidad a una extraña polémica en la cual existen dos intervenciones psicológicas posibles, siendo cada una de ellas totalmente diferente a la otra. Esta situación produce gran confusión en la práctica, y también enfrentamientos entre ambas perspectivas. Este trabajo vuelve al reconocimiento del paradigma que sustenta cada intervención buscando un posible nuevo espacio de integración.

Palabras clave: Infancia, sueño, filosofía, paradigma, intervención, integración

THE CHILDREN DREAM, PHILOSOPHICAL FOUNDATIONS FOR THE PSYCHOLOGICAL INTERVENTION

Summary: Different paradigms are implied in each one of the modalities of intervention in the aspects of the Children's Sleep disorders. They are thought ways that always have existed in our culture from old Greece, and which they reproduce in the status of present psychology. Children's Sleep disorders are subject aspects at the present time to an controversial stranger in a which exist two psychological interventions possible, being each one of them totally different from the other. This situation produces great confusion actually and also confrontations between both perspectives. This work returns to the recognition of the paradigm that sustains to each intervention looking for a possible new space of integration.

Key words: Childre, -sleep, problem, -paradigm, -interventions, integration.

El sueño, y en concreto el sueño infantil tiene todos los ingredientes para convertirse en el centro de una lucha de paradigmas: es un aspecto natural, y también sujeto al aprendizaje, lo cual abre la antigua polémica de cuanto somos los seres humanos naturaleza, y cuanto somos ambiente o cultura. Ambos extre-

mos tienen la potencialidad suficiente para considerarlo en exclusiva en alguno de ambos lados. Por otro lado esta cuestión del sueño infantil, es un aspecto capaz de alterar suficientemente la vida familiar como para convertirse en un grave problema cotidiano, bajo el cual se acumula una gran cantidad de cansancio y de pérdida de energía. Además es un aspecto vital para la supervivencia, y también es un tema abonado para que los padres se hagan las grandes preguntas: ¿Qué estoy haciendo mal?, ¿Estaré haciendo lo correcto?, ¿Es normal lo que está sucediendo? Cuando nos situamos en la posición de intervenir para paliar este problema nos encontramos con dos posiciones absolutamente diferentes y con indicaciones prácticas totalmente dispares. Tomar conciencia de lo que supone asumir uno u otro paradigma, puede ponernos en la posición de flexibilizar estas posiciones situándonos en un lugar propicio para la integración.

El sueño infantil, es un tema en el cual se puede observar con claridad las dificultades epistemológicas que una disciplina como la psicología ha de afrontar. Actualmente la psicología está en un camino en el cual parece condenada a no encontrar un solo principio capaz de explicar o comprender su objeto de estudio de una manera globalmente integrada. La situación tiene algunos matices, pero haciendo una lectura general es imposible no detectar una atomización de escuelas y de procedimientos de difícil comprensión para un profano, y de muy difícil integración para un profesional. En la mayoría de las universidades, se sufre de una tendencia marcada hacia alguno de los paradigmas más o menos dominantes, ignorando ámbitos enteros de la psicología. En todas ellas falta un paradigma unificador, con la presencia del consiguiente dogmatismo de las escuelas parciales, y la consecuencia del empobrecimiento real para un área tan fecunda y necesaria como es la del conocimiento psicológico. Además de esto la psicología presenta una problemática que se presenta casi insalvable a cualquier psicólogo lúcido, se muestra debilitada por la multiplicidad de escuelas, y con dificultades para definir unos conocimientos básicos unitarios en casi cualquier área de esta disciplina. Ahora bien, no olvidemos que la diversificación de escuelas y la atomización o multiplicidad del conocimiento suponen, además de todos estos aspectos negativos una enorme riqueza de saberes, y demuestran la expansividad de una disciplina que manifiesta su extraordinaria apertura, y capacidad de explicación desde la neurobiología al inconsciente, y desde la genética a la psicología social. Todo ello con diferentes métodos y distintas aproximaciones, sin perder de vista lo psicológico como centro, ni su perspectiva necesariamente aplicada en diferentes contextos.

Seguramente no se trata de obtener una disciplina totalmente unificada, pero sí es necesaria una mayor complementariedad entre los diferentes marcos teóricos que forman parte de la psicología. No se trata de definir una teoría como válida, pues esto significaría que existe un método, que al ser absolutamente váli-

do reduciría absolutamente el valor de los restantes. El potencial explicativo de cada perspectiva podría remitirse a su capacidad para explicar un área diferente, lo cual desafortunadamente hace depender cada teoría de su objeto de estudio y viceversa. En la posición opuesta pero perfectamente complementaria, yo planteo la necesidad de observar los diferentes postulados teóricos desde una perspectiva mucho más amplia que permita hacer grandes divisiones y grandes síntesis. El objetivo sería ofrecer posibilidades de integración entre las dimensiones que subyacen a las teorías en forma de filosofías, epistemologías o cosmovisiones globales. Se trataría de delimitar aspectos de gran alcance, que funcionen como modos de pensamiento históricamente prefigurados, siendo por tanto más naturales al pensamiento, y también más capaces de interrelación con otros conocimientos, permitiendo de esta manera también la interdisciplinariedad. Sería una especie de integración metateórica, como señala Feixas (Feixas, 1993), pero buscando una teoría que es realmente una filosofía, un postulado metateórico muy lejano y fuera del área de la psicología, con las ventajas e inconvenientes que esto pueda suponer. Entre las ventajas, tendríamos una mayor amplitud de contemplación, junto con la economía de puntos de vista. Como dificultades, las de hacer una lectura en lenguajes diferentes, y los problemas derivados de la aplicación práctica, concreta y técnica de los modelos, en las cuestiones específicas del trabajo cotidiano del psicólogo. Para ello me parece imprescindible partir de la filosofía, los postulados filosóficos han de iluminar un proceso donde la finalidad es integrar conceptos, modos y técnicas. Para ello es prerequisite entender cual es el punto de vista del cual, consciente o inconscientemente, partimos como definición previa para ir hacia una antítesis que adelante una posición final de integración.

Volviendo de nuevo al sueño infantil, los padres escucharán desde la psicología dos explicaciones y dos intervenciones posibles para la solución de sus problemas. Ambas son radicalmente diferentes y mantienen posiciones absolutamente opuestas. Las “dos soluciones” surgen de dos diferentes paradigmas, de manera que desde lo más esencial de sus prerequisites parecen condenados a no encontrarse. Lo que se detecta son dos teorías de conocimiento enfrentadas, y dos concepciones en las antípodas sobre lo que es el ser humano. Ese ser humano que luego hay que educar, o hay que ayudar, hay que entender, saber querer, o hay que enseñar a dormir.

En dos corrientes de pensamiento que se remontan a la antigüedad, surgiendo de las penumbras del pensamiento griego, deslizándose hasta los tiempos presentes y atravesando toda la historia de la cultura occidental se pueden situar en la actualidad las dos formas alternativas de intervención para conseguir que los niños pequeños duerman. Unir estos dos temas lejanos, del pensamiento griego a la cuna de un niño en el presente, puede resultar difícil de comprender. Sin

embargo el pensamiento que animó a los griegos y a toda nuestra cultura ha estado escindido en dos modelos, dos formas alternativas de ver el mundo, y por tanto de comportarse ante él. En cualquiera de nuestros comportamientos cotidianos, en nuestros aprendizajes, en nuestras creencias, en nuestras emociones y en lo que consideramos correcto, está influyendo sin nosotros saberlo esa extraña palabra que llamamos paradigma, teoría de conocimiento, esquema formal que va indicando las expectativas con las que nos manejamos frente al mundo.

Existe una generación emergente de jóvenes, y también adultos, hijos de una cultura que prima lo superficial y operativo, que no comprenderían por qué para hablar del sueño infantil, hay que remitirse a teorías de conocimiento o a paradigmas filosóficos. Para ellos, estos conceptos carecen de significado y también les es ajena la unión que existe entre el pensamiento teórico más abstracto y los procedimientos prácticos. No hay actitud ante la vida, ni resolución de un problema que no tenga en su raíz la asunción de algún paradigma como modo de pensamiento. Comprender que existen al menos dos diferentes modos conceptuales, identificarlos en su denominación, entender que han estado desde siglos ahí animando diferentes ideas fundamentales para nuestro desarrollo, y observar como entran en conflicto en los temas más concretos, puede ser el único modo para obtener la solución que signifique dialogo abierto y abierta colaboración entre ellos. La vocación última ha de ser la de encontrar un paradigma único, con sus respectivos modos concretos y empíricos, que no contradiga otros principios teóricos, ni tampoco a la realidad. Esa es la última finalidad y uno de los objetivos que persigue este artículo. La intención más general de este trabajo es presentar los dos modos de de intervención en el sueño infantil actualmente existentes en estrecha relación al paradigma al que corresponden ambos modos de posicionarse ante la realidad. Analizar los elementos opuestos que se manejan, observar las discrepancias y buscar una comprensión y una posible integración de perspectivas.

1. FUNDAMENTOS FILOSÓFICOS

Siempre ha habido en nuestra cultura al menos dos modos aparentemente irreconciliables de pensar sobre la realidad. Las discusiones y enfrentamientos entre los representantes de los dos modos de intervención para que los niños duerman, no son tan diferentes a las discusiones que en el ágora griega mantenían los diferentes representantes de las distintas escuelas filosóficas. El organicismo y el mecanicismo aparecen ya en el pensamiento griego, sus principios

fueron formulados en su filosofía y se prolongan a través de todo el pensamiento occidental.

Puede señalarse una corriente hilozoista, que atraviesa como una constante la historia de la filosofía. Algunos de los más importantes filósofos presocráticos se incluyen en esta tendencia en la medida en que sustentaron la concepción de la materia como realidad viva; y en cuanto defendieron la idea de un alma del mundo (Reale, 2001). Todas estas concepciones implican dotar a lo real de una autonomía ajena al ser humano, concebida desde principios no mecánicos sino vitalistas, y de los cuales el hombre también participa.

Tales de Mileto, es el primer autor cercano a las hipótesis vitalistas. Según Aristóteles (*De an.*, 1, 5, 411 a 7), consideraba que el alma, o el principio de lo que vive, está mezclada con todas las cosas y que por eso el universo está «lleno de dioses», o lleno de principios de vida. También han sido hilozoístas (Cfr. Aristóteles, *De an.*, 1 2, 405 a 19) autores como Anaxágoras, pues la doctrina del *nous* puede ser interpretada como la afirmación de que todo está movido por un ser viviente. Este concepto es el de un fluido extremadamente sutil, que se filtra por entre los recovecos de la materia a la que anima con su movimiento. El *nous* penetra algunas cosas y otras no, con lo que se explica, siguiendo a Anaxágoras, la existencia de objetos animados e inertes. Anaxágoras, con este concepto de *nous* para la explicación de la realidad define este principio como algo infinito, autónomo y separado del resto de las cosas. Principio poseedor de todo el saber y de todo el poder como causa originaria. Para la explicación del problema del cambio y de la permanencia Anaxágoras apela a los elementos originarios, o semillas, cuyo movimiento estaría sometido a la inteligencia. Pero el papel de la inteligencia queda reducido al de causa inicial del movimiento que una vez producido sigue actuando por sí mismo sometido a causas exclusivamente mecánicas. Es pues una explicación mecánica tras un comienzo no mecánico.

Estas semillas en movimiento son denominadas por Aristóteles homeomerias, partículas de las que están hechas todas las cosas. En el concepto del *Nous* se halla, como indicó Aristóteles (Guthrie, 1984: 286), la aportación teórica de Anaxágoras más importante: la separación radical entre fuerza motriz y materia movida. El *Nous* no se puede identificar como un principio totalmente inmaterial, ya que todavía no estamos en la dualidad propia de una etapa más tardía en la historia de la filosofía. Pero sobre este último concepto, tanto Platón como Aristóteles fueron fuertemente críticos, ya que el *nous* de Anaxágoras no era una fuerza ética, una fuerza que indicaba el sumo bien. Para ambos autores, el principio conductor del mundo tiene valor teleológico y finalista en su persecución del bien como fuerza conductora del mundo.

Platón comparte con los autores anteriores una visión no mecanicista del cosmos. En efecto, según el *Timeo*, el Demiurgo ha conformado lo sensible de acuerdo a un fin, que actúa teniendo como modelo el mundo de las ideas. Así la visión teleológica e inmanente explica e imprime movimiento y sentido a la materia. En la *República* encontramos expresada con claridad la tesis de que el cosmos es precisamente orden con sentido, porque está presidido por la idea del Bien. Del mismo modo que el sol hace brillar los colores y las formas del mundo sensible así también la idea del Bien preside la realidad toda, dotándola de inteligibilidad, finalidad y sentido.

Todas estas corrientes, activas especialmente en la época del helenismo, resurgen con el renacimiento, con la concepción vitalista del mundo predominando sobre las restantes (sobre la «jerárquica», la «mecánica», la «lógica», etc.) (Reale, 2001). Entre los autores en quienes pueden rastrearse doctrinas pampsiquistas aparecen los clásicos interpretes del platonismo como T. Paracelso, G. Bruno, G. Cardano, N. de Cusa, M. Ficino, Juan Pico, J. Reuchlin, Abad Trithemius, T. Paracelso, J. Dee. Todos ellos a partir del Renacimiento herederos de la edad media, representada por Dionisio Areopagita, J. Escoto Eriugena, R. Lulio, Basilio Valentín, M. Eckhart o Dante.

Del otro lado, en una posición mecanicista tenemos a Demócrito en sus afirmaciones de no admitir ningún principio unitario del que surja la pluralidad. Demócrito niega todos los rasgos que Parménides adjudicaba a un principio inicialmente semejante al *Nous* de Anaxágoras. Para él, el mundo consta de infinitas partículas indivisibles que poseen movimiento propio y espontáneo en todas las direcciones. Las colisiones entre ellos son fruto del azar, pues no se orientan a ningún fin determinado, ni responden a ningún origen predeterminado. No hay inteligencia que trascienda, ni finalidad, ni inmanentismo en los movimientos, sólo se observa una necesidad ciega, a la cual podríamos denominar azar. Estos postulados son el comienzo del mecanicismo. En esta misma perspectiva destaca la filosofía de Epicuro, que afirma al igual que Demócrito la existencia de un solo principio, el de la realidad sensible compuesta de átomos. En ellos no se puede establecer ni un origen, ni un momento inicial, ni un principio regidor ni una finalidad.

En la antigüedad Platón y Aristóteles impusieron sus postulados a los de Demócrito y Epicuro, proponiendo una teoría del conocimiento capaz de describir el orden de la naturaleza hasta el siglo XVII. A partir de entonces Descartes y Newton pusieron las bases para el afianzamiento del mecanicismo, cuyos postulados encajaban perfectamente con los adelantos técnicos y científicos de la revolución industrial. La revolución científica del siglo XX sitúa al mecanicismo como la corriente dominante del pensamiento actual, y aunque la teoría cuántica ha demostrado sus limitaciones, y los hallazgos de la biología nos señalan ele-

mentos de autorregulación ligados al finalismo organicista, necesitaríamos un modelo explicativo que permitiera conjuntar diversos aspectos del mecanicismo y del finalismo, en una nueva síntesis que nos permitiera un nuevo paradigma integrador.

Desde *el mecanicismo*, la realidad o una parte de ella, puede ser comprendida y explicada apelando a los principios exclusivos de la materia y del movimiento local. Causas mecánicas explicativas de una realidad que se concibe en términos de causalidad organizada en una estructura, en la cual el mismo funcionamiento de la naturaleza es compatible con el de una máquina. La concepción mecanicista de la realidad se enfrenta a la formulación organicista, que concibe como el universo puede ser asimilado a un organismo en el que el todo es diferente y superior a la suma de las partes. Este organicismo pretende un finalismo y unas leyes implícitas a la naturaleza, tomada esta en forma de macrocosmos organizador susceptible de ser aplicados sus principios a cualquiera de los elementos que la conforman.

2. PARADIGMAS EN EL ESTUDIO DEL DESARROLLO HUMANO

En Psicología Evolutiva los distintos paradigmas ofrecen un concepto del cambio que responde a visiones generales acerca del mundo y del hombre. Mecanicismo y organicismo, aportan conceptos que resultan irreducibles entre sí, porque suponen concepciones radicalmente diferentes acerca del hombre y del desarrollo humano. Este es el punto de partida desde el que hemos de comenzar a entender la discrepancia que se crea en los asuntos prácticos, y las posiciones encontrados en forma de guerras de escuelas, y enfrentamiento de paradigmas.

2.1. MODELO MECANICISTA EN EL ESTUDIO DEL DESARROLLO HUMANO

El modelo mecanicista presenta un sistema muy básico, similar al funcionamiento de una máquina. Esa máquina, metáfora del desarrollo humano, se mueve de acuerdo con ciertas leyes que funcionan como causa eficiente de los correspondientes comportamientos ligados al desarrollo. A los antiguos postulados de Demócrito, que negaban una causa y una finalidad a la naturaleza, se une con facilidad una explicación de estos procesos desde el punto de vista de la ciencia natural concebida como una máquina. Cada una de las piezas de esta máquina tiene su misión, pudiéndose predeterminar el funcionamiento global a partir

del de cada una de sus partes. Las causas son inmediatas y contingentes a las respuestas, y permiten predecir comportamientos y subsanar errores, por medio de los ajustes correspondientes siempre derivados de estas causas eficientes

Asimismo, desde este modelo mecanicista es posible no tener en cuenta ningún tipo de finalismo, ni cuestionamientos sobre el origen, o las causas últimas. Tampoco los principios internos son necesarios para conocer el funcionamiento humano, ni el de la naturaleza. Derivados de las escuelas de la antigua Grecia, Epicuro y Demócrito; los antecedentes más cercanos los encontramos en las escuelas del empirismo inglés que influyen directamente en la psicología, en las corrientes del conductismo, neoconductismo y de todas las teorías ambientalistas que parten de los principios del aprendizaje como aplicación del modelo estímulo respuesta. Para ellos, el organismo sería pasivo en la construcción de lo real, y todo el conocimiento vendría del aprendizaje. El organismo es reactivo, sin conocimientos previos, y no va a imponerse a la realidad en nada excepto en lo que la realidad se le ha impuesto. De forma que tanto los estímulos físicos, sociales como los elementos del ambiente van a desempeñar un papel esencial en el cambio, la evolución y el desarrollo humano. Es una moderna corriente de la expresión epicúrea del solo principio de la realidad sensible. Por esa razón no existen mecanismos internos, no hay conocimiento intrínseco al sistema, no hay finalismo, y todo lo preponderante para el desarrollo habrá que situarlo sin excepciones fuera del individuo.

Coll (1979), citado por Marchesi (Marchesi, 1983), señala algunos principios compartidos por las teorías mecanicistas, unos supuestos básicos que están en la base de todas ellas: 1. Lo importante es lo visible y externo, es decir, la conducta observable. 2. El aprendizaje queda reducido a una sustitución progresiva de estímulos y respuestas. 3. Es más importante lo más pequeño y molecular que lo amplio y molar. 4. La personalidad se define como cadena o jerarquía de reflejos y hábitos (Hull). 5. Los procesos observados en el análisis de las conductas animales, son coincidentes con las unidades básicas del comportamiento humano. 6. Las primeras impresiones exteriores sobre el organismo son las más importantes: «las ideas simples y originarias constituyen la base de la vida mental posterior y en este sentido la condicionan fuertemente». 7. No admiten más variable y conceptos en psicología que aquellos que puedan ser definidos operativamente, es decir, que se puedan reducir a datos observables.

Todos estos aspectos desembocan en una definición en la cual (Bijou, 1961) una teoría de desarrollo no sería más que una descripción de ese proceso mecánico. Cualquier otra inferencia o explicación carece de sentido según estos parámetros. Los cambios son el resultado observable de la aplicación de un programa de refuerzo. La única diferencia entre una teoría de aprendizaje y una de desarrollo es que la segunda tendrá en cuenta un periodo de aprendizaje más largo.

2.2. MODELO ORGANICISTA EN EL ESTUDIO DEL DESARROLLO HUMANO

Si la metáfora o la representación del modelo mecanicista es una máquina, la del modelo organicista sería cualquier organismo vivo, activo y organizado. Directamente importado desde la antigüedad en el hilozoísmo, tenemos la realidad animada por un principio activo, interno y actuante. El origen en la filosofía parte de los postulados presocráticos, y continúa después en el platonismo, y en las escuelas asociacionistas centroeuropeas. En sus referentes psicológicos se incluiría la teoría de la gestalt, la psicología analítica, diferentes corrientes psicodinámicas y cognitivas, psicología humanista y las hipótesis piagetianas.

El objeto de estudio ha de ser analizado en su complejidad y en sus principios de organización ya dada. El estudio de cada una de las partes del organismo o del objeto a investigar, no nos dará información sobre el todo, ya que este no es la suma de las partes que lo conforman, sino un otro organizado según principios que es necesario investigar. El desarrollo se plantea de forma alternativa al modelo anterior: existe una estructura que va cambiando conforme a un esquema en buena parte ligado a la naturaleza, y en respuesta a un mundo circundante, frente al cual se comporta como un organismo activo. Existiría un centro vitalista que daría lugar al movimiento al estilo de Anaxágoras. Este cambio está orientado como proceso por su dinámica interna en permanente interacción con la realidad, una realidad a la que el sujeto sujeta sus propuestas y sus intenciones. El desarrollo y el cambio no se pueden explicar, según este modelo solamente en función de causas externas. Habrá que contemplar causas internas, externas y de interacción entre ambas para poder acceder a la comprensión del proceso y del funcionamiento de cada organismo. El componente teleológico está totalmente presente, así como la razón de la finalidad hacia lo bueno de la naturaleza como aparecía en Platón. Asimismo el cambio también se dará en la interacción de los diferentes procesos internos. Cada cambio puede suponer aspectos cualitativos, cada etapa supone una dimensión estructural que no se puede explicar por mera acumulación de comportamientos. Más bien serán estos los que toman su sentido de las estructuras más globales que los conforman y en los que están inmersos, ya que en cada una de las etapas aparecen nuevos elementos no reductibles a los anteriores. Estos atributos se constituyen en una integración jerárquica de un organismo que se va creando en desplegamiento de sus funciones e interactuando con lo real. A su vez, esta complejidad creciente de características cualitativas vendrá indicada por una finalidad a la cual el organismo tiende de forma espontánea. La integración jerárquica persigue una identidad que pugna por emerger con una causalidad final determinada. El modelo organicista está en la base de la mayor parte de las teorías de desarrollo, desde

perspectivas psicodinámicas, hasta la teoría de Piaget o los postulados de Bowlby.

Estas posiciones son comentadas por los principales teóricos de la psicología y también por los más importantes teóricos del desarrollo. Además suponen una dificultad para el progreso de nuestra disciplina que no puede ser fácilmente obviada. Sobre las diferentes visiones paradigmáticas aplicadas a la psicología evolutiva tenemos las importantes aportaciones de Baltes:

Existen tres paradigmas principales (cosmovisiones) en psicología evolutiva: mecanicismo, organicismo y contextual-dialéctico. La metáfora básica en el mecanicismo es la máquina, que conduce a enfocar la atención sobre el cambio reactivo cuantitativo, la causa material y eficiente y la posibilidad de predicción. El conductismo basado en la dualidad estímulo-respuesta refleja la filosofía del mecanicismo. La metáfora básica en el organicismo es el proceso activo y no principios estáticos y reactivos. El organicismo enfoca su atención, en cuanto a principios causales, sobre la causa formal y final y, en cuanto a la naturaleza del cambio, sobre propiedades estructurales-cualitativas, emergentes. La metáfora básica de la dialéctica está sometida a discusión, pero corresponde al concepto de contradicción y a las leyes dialécticas con él asociadas. Sin embargo, parece centrarse, sobre todo, en la interacción dinámica, la causación mutua simultánea, la preocupación tanto por el cambio ontogenético como por el histórico y una ausencia de determinismo absoluto. (...). Todo modelo, desde el más específico al más general, es utilizado para ayudar a la comprensión. Proporciona un modo de considerar al universo, o a un segmento del mismo, que lo haga más fácilmente comprensible. Al mismo tiempo, sin embargo, el modelo puede interferir con la comprensión de otros puntos de vista; ya que su modo de ver está predispuesto en cierto sentido, hace parecer con frecuencia irracionales o incluso subversivos otros puntos de vista (Baltes, Reese, Nesselrode 1981).

Este esquema, presentado por los autores de la psicología del ciclo vital nos indica los riesgos de no poseer un paradigma que englobe las diferentes aportaciones. Así surgen discusiones y enfrentamientos entre los que sostienen unos u otros modos de entender la realidad. Sobre el proceso de desarrollo humano, y sobre todo el ámbito de la psicología general planea el riesgo de escisión en función a la adscripción militante a alguna de estas teorías. En la práctica las posiciones se enfrentan.

Así, las posiciones de PIAGET, CHOMSKY y los psicólogos marxistas (derivadas todas ellas del modelo de organismo activo) son juzgadas como peligrosamente vagas e imprecisas por los conductistas americanos, cuya posición, a su vez (derivada del modelo de organismo reactivo), es considerada como una peligrosa y estéril simplificación excesiva de las otras posiciones. Las primeras no pueden ver las simplicidades, según la última, y ésta no puede ver las complejidades, según las primeras. Ambos modos de consideración son tan sólo parcialmente correctos, ya que el primer grupo busca complejidades y el último simplificaciones. Ambos pueden ser científicos pero los dos están equivocados cuando creen que su “propio modo” de ver las cosas es la única posición correcta” (Baltes, Reese, Nesselroade 1981).

En el ámbito de las intervenciones clínicas o terapéuticas, cambia el modo de intervención en estrecha unión con el a priori del que partamos. Si pensamos en una estructura mecánica implementaremos modos de intervención bajo el conocimiento de la estructura y el mecanismo de esa máquina. Si partimos en un organismo vivo, investigaremos para amoldarnos a su propio proceso. Lo que se pone en juego es que imagen de niño tenemos: partimos de un niño que ha venido al mundo como una tabla rasa, y por ello tendrá que aprenderlo todo con nuestra ayuda. O partimos de otro que trae una serie de conocimientos implícitos en su propia naturaleza, que hemos de respetar si queremos que aprenda. Partimos, como señala Pinker (Pinker 2003), de que los padres tienen en sus manos el destino de sus hijos convirtiéndose en “máquinas parentales” veinticuatro horas al día, o más bien pensamos que los niños tienden a crecer bien desde su propia naturaleza. Hay que estimular el cerebro o dejar que el propio cerebro pida su estimulación. Creemos con Chomsky, que los niños cultivan el lenguaje, o tendemos a pensar que lo aprenden. Partimos de una inteligencia, nous, implícita en el mundo, o creemos más bien en la ciega obra del azar a la que nosotros vamos a imponerle el orden. Ante cada una de estas posiciones se desarrollan esquemas previos que hacen que valoremos de una manera u otra las diferentes realidades, y que observamos posiciones encontradas. Sobre la educación de los niños, sobre el aprendizaje, sobre la enfermedad, sobre como curar, sobre las grandes teorías de la personalidad infantil, y también por supuesto sobre como se produce el desarrollo humano, el cambio o la evolución. Uno de los temas donde podemos observar esta escisión con claridad es en la concepción sobre el sueño infantil.

3. DOS VISIONES SOBRE EL MUNDO DEL SUEÑO INFANTIL

El punto de partida en las concepciones sobre el sueño infantil surgen de las siguientes dos afirmaciones opuestas: *Los niños no saben dormir, hay que enseñarles*, (Estivill, 2005), es la primera de las declaraciones del modelo mecanicista. *Los niños ya saben*, solo hay que entender como lo hacen, es el mensaje desde el modelo organicista. Desde la primera posición, el niño se concibe como un ser que ha de aprenderlo todo, se presenta como una tabla rasa y por lo tanto la responsabilidad de que este aprendizaje se realice bien reside en los padres: “todo lo que quieras conseguir, puedes alcanzarlo, basta con que apliques el modo correcto de hacerlo”. De esta manera queda fuera cualquier consideración anterior, sobre las características del sueño o sobre su finalidad o función. En el modelo mecanicista no se tiene en cuenta este extremo, puesto que independientemente de la estructura y la cualidad del sueño, lo más importante es el aprendizaje correcto de esta conducta. El sujeto humano se sitúa como principio clave para modificar una estructura natural que ni siquiera se contempla, ni se cree necesario explicar o introducir: “todos los padres sueñan con tener un bebé que duerma de un tirón... si le enseñáis lo tendréis” (Estivill, 2005). A partir de este punto la cuestión es como realizar una sustitución progresiva de estímulos y respuestas. De nuevo, la desconfianza en la naturaleza ordenada con principios que emanan de ella misma, y frente a ello las combinaciones azarosas que hemos de adiestrar para imponerles una forma que no poseen.

En el segundo modelo el punto de partida es completamente diferente, el sueño es una función natural que tiene su propio proceso y no hay que aprenderla puesto que viene dada desde el nacimiento como función vital que es: “El niño duerme antes de nacer (...), no tiene que aprender a dormir (...) nace sabiendo” (Jové, 2006). Hasta tal punto el niño sabe que se señala como el sueño del feto es independiente del sueño de la madre, y tiene sus propios ciclos y su propia estructura. Esta es la prueba definitiva de que los niños nacen sabiendo dormir, puesto que ya lo hacen correcta e independientemente en el útero materno. Por esa razón se dedica mucho esfuerzo en este modelo a la comprensión de cual es el modo en que los niños duermen. Es importante saber cuales son las características del sueño infantil, en la idea de que hay una sabiduría natural en ese proceso, y un conocimiento no aprendido que es necesario investigar. Este trabajo de análisis e investigación no es contemplado en absoluto por el otro modelo, puesto que además, no acepta principios de causalidad interna, ni aspectos finalistas o molares. El modelo organicista cuenta con que el organismo tiene sus principios, “dormir es una necesidad básica, por ello la naturaleza ya se encarga de que sepamos hacer estas cosas desde el mismo instante que vemos la luz” (Jové, 2006). La naturaleza indica una estructura y una fun-

ción, por eso el primer paso será comprender cómo es el sueño de los niños en oposición al de los adultos, el primer objetivo será analizar cuales son los patrones del sueño infantil. Se observa en este modelo la naturaleza como principio, el orden que está inscrito en el sistema, el crecimiento de las cosas vivientes dependiendo de la fuerza de la mente dentro de los organismos, tal como podría decir Anaxágoras.

En el modelo mecanicista existe una desconfianza fundamental en el organismo humano, existen en este modelo dudas sobre su capacidad para regular los procesos corporales, tanto el hambre como el sueño y las demás funciones fisiológicas. Para estos autores todo debe de ser aprendido, siendo esta la mejor forma de asegurarnos que está “bien hecho”: “comer es un hábito que se aprende, pues lo mismo es válido para el sueño... evidentemente todos los bebés duermen, pero no todos saben hacerlo bien (...), la diferencia entre uno que duerme mal y uno bien es lo que ha aprendido” (Estivill, 2005). En el modelo organicista hay una radical confianza en el proceso natural, y una confianza en que la evolución se conseguirá con éxito: “El sueño es un proceso evolutivo. Todo niño sano, aunque presente despertares frecuentes... va a dormir correctamente algún día” (Jové, 2006). Hay una confianza fundamental, que en el modelo anterior se define al contrario, es fácil no aprender a dormir, no todos lo consiguen y cuando esto sucede tendrá consecuencias para la vida adulta.

Los caminos de los dos paradigmas se separan ya en esta primera fase. Los organicistas tienden a investigar el proceso, los mecanicistas buscarán los principios de aprendizaje que ayuden a conseguir el objetivo. Los organicistas buscarán encontrando elementos propios de la naturaleza, hallando lo que es necesario seguir para un bienestar que ya está predefinido en el niño y en su forma de dormir: “todo niño sano nace sabiendo dormir y tarde o temprano, agotará todas las etapas evolutivas del sueño hasta conseguirlas” (Jové, 2005). Esta afirmación abre un profundo estudio sobre las características del sueño infantil, negando que los principios de aprendizaje sean suficientes, o ni siquiera necesarios para que los niños aprendan algo que ya saben. Si conocemos como evoluciona el sueño infantil y actuamos en consecuencia, propiciaremos que los niños desarrollen este proceso y minimizaremos la aparición de dificultades. Por tanto, muchos de los problemas definidos por el otro modelo quedan aquí redefinidos como componentes normales del dormir en cuanto se investiguen los componentes del sueño.

Hay algunos aspectos concretos de los que el modelo organicista parte, una vez ha estudiado las características del sueño infantil: El niño pequeño tiene una estructura de sueño muy diferente al adulto, el ciclo de sueño es de 50 minutos, frente a los 90-120 del adulto, estos ciclos tienen breves despertares en el medio hasta completar los 3, 4, ó 5 ciclos. Además las ondas cerebrales son diferentes,

así como también lo son en el anciano, esto es así independientemente del aprendizaje que le queramos imponer. El sueño, es además un proceso que va ligado al crecimiento y a las necesidades impuestas por este. La función del sueño y sus características cobran sentido en unión con todo el resto del individuo humano y sus necesidades. De nuevo es el paradigma del organismo como una unidad mayor que la suma de sus partes es la que toma el control de la transformación. Así se entiende que el sueño infantil tiene un formato perfectamente compatible con el resto de las necesidades de desarrollo, desde la perspectiva mecanicista, en la que es más importante lo más pequeño y molecular que lo amplio y molar, no se puede observar este proceso. El modelo organicista representado por el texto de R. Jové, va indicando cual es el sentido del sueño infantil, “la mayoría de las necesidades en cada periodo de nuestra vida es ayudada o auspiciada por el sueño, como nuestras necesidades cambian el sueño también”. De la misma forma el cambio en el sueño, va permitiendo la asunción de otro tipo de necesidades, como la amplitud de los periodos de alimentación o la posibilidad de que los niños sean estimulados durante más tiempo. Como ya señalamos en la descripción del modelo organicista existe una estructura que va cambiando conforme a un esquema en buena parte ligado a la naturaleza, y en respuesta a un mundo circundante frente al cual el niño se comporta como un organismo activo. En la primera fase de la vida, el sueño presenta unas características que son absolutamente compatibles con su desarrollo: “Si los bebés tuvieran el mismo tipo de sueño que los adultos sería peligroso, necesitan comer cada poco para evitar hipoglucemias y desarrollarse” (Jové, 2006). Por eso es imposible extraer el sueño infantil, y tratarlo como si fuera un aspecto ajeno al resto del individuo, el sueño cumple necesidades del organismo, y responde a este todo organizado.

La perspectiva diferente hace cambiar incluso la epidemiología del trastorno. Mientras el modelo organicista ha estudiado las fases, los ciclos y la estructura del sueño infantil, así como su función de cubrir necesidades; desde el modelo mecanicista se establece la epidemiología del trastorno desde la mera presencia del comportamiento: “El 35% de los niños menores de cinco años tienen problemas de insomnio” (Estivill, 2005). Estos datos entran en contradicción con la definición del sueño infantil, las dificultades para conciliar el sueño y los despertares frecuentes son normales hasta más de los tres años, al igual que lo son el no andar correctamente, o el no poder sostener objetos. Jové afirma que si esto no fuera lo normal, estaríamos sin duda ante la mayor epidemia de los últimos años, afirmando también que la mayor parte de los niños tienen problemas para dormir de igual forma que el 40% de ellos tiene problemas para andar a los doce meses. Efectivamente, si solamente el 18% de los niños duermen durante toda la noche durante el primer año de vida, entonces quizás se está haciendo de lo normal un problema, quizás, como sugiere la autora, uno no se pueda recuperar de un problema que no existe.

Los modelos organicistas utilizan para sus investigaciones diseños e información transcultural, desde la hipótesis de que somos parte de un sistema inscrito en la naturaleza es razonable pensar que esos mecanismos sean comunes a la mayor parte de sus miembros. Es posible entonces investigar cuales son los comportamientos de la especie, y acceder a la riqueza del conocimiento heredado culturalmente. Por otra parte acudir al análisis de un mismo fenómeno en otras culturas, nos ofrece conocimiento sobre la capacidad de nuestras pautas de crianza para respetar los ciclos de la naturaleza, y nos reconcilia con saberes ancestrales. En el tema del sueño infantil cuando se acude a modelos transculturales nos encontramos con aspectos interesantes que seguramente se pierden de vista si sólo observamos nuestro modo de comportamiento.

El dato epidemiológico que manejamos en el apartado anterior, la cantidad de niños con problemas de sueño, contemplado desde el organicismo como normal, y desde el mecanicismo como enormemente prevalente; se ve de diferente forma desde el estudio comparado de las diferentes culturas, en las que este trastorno es prácticamente inexistente. Somos la única sociedad en la que los niños duermen solos desde temprana edad, en otras sociedades los niños están siempre cerca de sus padres o de otros miembros de la familia. En nuestra cultura se ha prohibido a los padres dormir con los hijos “Las amenazas son apocalípticas, si una sola vez le consientes dormir en tu cama no querrá salir nunca más, como si alguno quisiera dormir con tus padres a los trece años” (Jové, 2006). Se tiende a condenar lo que siempre ha sido natural a la especie, el resultado es que no hay problemas de insomnio infantil en otras culturas, mientras que en la nuestra es un problema en aumento. Bergman, pediatra sudafricano resume en pocos temas las variaciones que hemos realizado respecto al cuidado infantil en una perspectiva transcultural: Una cosa común a todos estos pueblos es el hecho de que los recién nacidos y los bebés siempre son llevados encima, duermen pegados a su madre, la alimentación es una respuesta inmediata a su llanto, maman cada 1 ó 2 horas, y la lactancia prosigue hasta los dos años. Durante los últimos 100 años, este modelo milenario (el cuidado atento y el ser llevado encima) se ha modificado y, en el nuevo modelo, se acuesta a la criatura aparte (se la separa) con toda tranquilidad; separada de su madre, se ignora su llanto; cada cuatro horas se acude para alimentarla (el padre o la madre va al nido), con una leche industrial (hecha a partir de la leche de otra especie), y muy pronto se introducen otros sustitutos. Lozott, estima que estas modificaciones alteran el comienzo de la relación madre-hijo, que puede quedar alterada más allá de los límites de adaptabilidad del bebé. Toda esta línea de investigación no existe en el modelo mecanicista, puesto que no contempla ninguno de estos elementos en su teoría. Mientras los modelos mecanicistas se ocupan en investigar sobre los modelos de aprendizaje para conseguir el objetivo de que el niño duerma.

4. ESPACIO DE INTEGRACIÓN

Imaginemos que estamos en la plaza escuchando con atención los dos tipos de argumentos que nos señalan por un lado la sabiduría de la naturaleza y la inutilidad de aprender lo que ya se sabe; y por otro lado a quienes defienden que para adaptarnos bien a este mundo es necesario aprenderlo todo. Imaginemos que ahora se nos pide una opinión, y tenemos que decir que es lo que pensamos sobre estos asuntos tan irreconciliables.

Los organicistas, y los mecanicistas, los partidarios de los métodos de adiestramiento, o de los métodos naturales, son en realidad como ya hemos señalado Platón y Epicuro discutiendo en el ágora griega. La diferencia es que ellos discutían sobre teorías de conocimiento, y lo sabían. Discutían sobre modos de entender el mundo, con toda la amplitud y con toda la posibilidad de aplicarlo a miles de cuestiones de la realidad que luego discutían o contravenían en sus diferentes posiciones. Nosotros discutimos sobre modelos que nos parecen de pura aplicación, perdiendo de esa manera la posibilidad de pensar en abstracciones y creyendo que somos más evolucionados, cuando en realidad debemos de ser menos, en cuanto hemos pasado del pensamiento abstracto (pensamiento de más de 11 años) griego, al pensamiento concreto (4 años). Sin embargo, podemos observar que las líneas de la discusión son en realidad las mismas, ellos tenían la ventaja de poder aplicar estas diferencias a distintos temas, e incluso podrían cambiar de postura cambiando el postulado. Esto parece enormemente práctico por la flexibilidad y las grandes posibilidades de adaptación que implica. Nosotros refiriéndonos a cosas tan concretas, estamos pensando lo mismo pero a un nivel mucho menos evolucionado e incomparablemente más concreto, gracias al cual cerramos el paso a la flexibilización o a ponerse, casi como un juego sofista, también en el otro lado.

La integración de los paradigmas, pasa por *saber a que escuela pertenecemos*. *Esto amplía* nuestro conocimiento y nos hace pensar en que seguramente optemos por una de estas dos líneas en la mayoría de los aspectos de nuestra vida, o en muchas de nuestras opiniones. Saber donde estamos nos da la posibilidad de partir de un punto de vista para poder ver el otro. Cambiar de posición, saber que estamos hablando desde teorías de conocimiento o paradigmas, nos da la fuerza del pensar abstracto, del pensar más elevado y más genuinamente humano, sin quedarnos sujetos y confinados a la más neta realidad frente a la cual solo nos quedan las luchas de cifras, o las cifras de ventas de una determinada publicación u otra. Una vez que nos hemos situado en alguno de los lados y precisamente por ello, en un segundo paso, parece útil *relativizar nuestra propia posición* en cuanto no es más que un modelo mental. El tercer paso incluye *aplicar sobre la realidad todo el arco de conocimiento que poseemos*,

todas las teorías de las que disponemos observando la utilidad que demuestran los paradigmas, previo un profundo conocimiento del problema y de las técnicas de intervención, para la resolución del problema. El último paso, incluye el *reconocimiento de que no tenemos en la actualidad un verdadero paradigma global*, siendo esta realidad la que hace imprescindibles los tres pasos anteriores.

Además estos pensamientos concretos, estar a favor de una u otra teoría sin tener en cuenta los aspectos anteriores, nos lleva fácilmente a entender estas cuestiones en términos de convencimiento personal. Esto conduce al enfrentamiento y a la oposición entre personas introduciendo más confusión en un asunto que aparentemente parece solo práctico ¿por razón de los pensamientos diferentes entre paradigmas ocurren los enfrentamientos? No, ya no son pensamientos, se han convertido en creencias, a veces de una radicalidad tan extrema que sorprende. Pensando desde el paradigma podemos encontrar las raíces a lo más real, podemos juntar los paradigmas, o separarlos, podemos adaptarnos mejor porque al fin y al cabo solo hablamos desde una teoría de conocimiento, por mucho que nos parezca que es una realidad innegable. La realidad es lo que hemos de solucionar, el reto que tenemos que construir para hacer de nuestras intervenciones formas de resolución buenas para el que sufre y admitidas por todos nosotros. Está pendiente la superación de la antigua dicotomía entre mecanicismo y finalismo en una nueva síntesis que se formulará seguramente en un plano puramente científico, pero que no surgirá probablemente en el laboratorio, sino en la cabeza que pueda ordenar jerárquicamente, un nuevo sistema de realidad. Si esa síntesis fuera viable, la revolución científica, y lo puramente natural aparecería bajo una nueva luz.

Para ello es mejor partir de todos los postulados que podamos aprehender, todos los que provienen del técnico mecanicismo y del natural organicismo, está pendiente la búsqueda de un nuevo paradigma integrado. Lo mejor es situarse en esa realidad sin ceder a la tentación de los postulados extremos que solo indican la enorme debilidad de las posiciones, y de aquellos que las representan.

BIBLIOGRAFÍA

- AINSWORTH, M. Patterns of infant-mother attachment: antecedents and effects on development. *Bulletin of New York Academy of medicine*; 61: 771-91.
- BERGMAN, N. Making newborn carte work. *Child health Dialogue 1998*, I ss 11: p. 4.
- BERTANLANFFY, L. *Perspectivas en la teoría general de sistemas*, Madrid: Alianza, 1986.
- BIJOU, S.W.; BAER, D.M. (1961) *Psicología del desarrollo infantil. Teoría empírica y sistemática de la conducta*. México: Trillas.

- BOLWY, J. (1989) *El papel del apego en el desarrollo de la personalidad en una base segura*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- BOWLBY, J. Developmental Psychiatry comes of age. *Am. J. Psychiatry* 1988; 145: 1-10.
- CALVO MARTÍNEZ, Tomás (ed.): Aristóteles. Acerca del alma (in-troducción, traducción y notas), Madrid 1988.
- EDELMAN, G.; TONONI, G. Darwinismo neural: El cerebro como sistema de selección. En Cornwell, J. (Edit.) *La imaginación de la naturaleza*. Ed. Universitaria Santiago 1995.
- ESTIVILL, E.; DE BÉJAR, S. (1995) *Duérmete niño*. Barcelona: Erandom House Mondadori.
- FERBER, R. (1993) *Solucionese los problemas de sueño de su hijo*. Barcelona. Medici, 1993.
- FIELD, T. Effects of early separation, interactive deficits and experimental manipulations on infant mother face to face manipulation. *Child Dev* 1977; 48: 763-71.
- GUTRIE, W. K. C (1984) *Historia de la Filosofía griega (II)*. Madrid. Gredos.
- HALES, D.; LOZOFF, B.; SOSA, R.; KENNEL, J. Defining the limits of the sensitive period. *Dev. Med Child Neurol* 1977; 19: 454-63.
- HASLAM, D. (1985) *Trastornos del sueño infantil*, Barcelona: Martínez Roca, 1985.
- HERNÁNDEZ, G.; KIMELAN, J.; MONTINO. Salud mental perinatal en la asistencia hospitalaria del parto y puerperio. *Rev. méd. Chile*, nov. 2000, vol. 128, n° 11.
- HOFER, M.A. Early relationships as regulatores of infant physiology and behavior. *Acta Paediatr Scand* 1994; 397: 9-18.
- JAKI, S.L. (1970) *The Relevance of Physics*, Chicago Chicago University Press, 1970.
- JOVE, R. (2006) Dormir sin lágrimas, dejarle llorar no es la solución. Madrid: La esfera de los libros.
- KLAUS, M.; KENNEL, J.; KLAUS, P. Birth of a family. The first minutes and hours. chap 4: 54-92, in *Bonding*. Addison Wesley Publishing Company, New York 1995.
- KLAUS, M.H. and J.H. KENNEL, Maternal-infant bonding: the impact of early separation and loss on family development. St. Louis: Edit. Mosby, 1976.
- LOZOFF, B.; WOLF, R. "Sleep problems in pediatric practice". *Pediatrics*, 75, 1985, 477-483.
- MARCHESI, A.; CARRETERO, M.; PALACIOS, J. (1983) *Psicología evolutiva*. Madrid: Alianza.
- MATAS, L.; AREND, R.; STOUFE, L. Continuity of adaptation in the second year: the relationship between quality of attachment and later competence. *Child Dev*. 1978; 9: 547-56.
- MEHLER, J.; DUPOUX, E. (1983) *Nacer sabiendo, introducción al desarrollo cognitivo del hombre*. Madrid: Alianza.
- ODENT, M. (1990) *El bebé es un mamífero*. Madrid: Ediciones Mandala.
- ODENT, M. (1992) *Nacimiento renacido*. Argentina. Edit Errepar.
- PANTLEY, E. (2002) *The No-Cry Sleep Solution: Gentle Ways to Help Your Baby Sleep Through the Night*, Seattle, Edit. Mc Graw-Hill.

- PINKER, S. (2003) *La negación moderna de la naturaleza humana*. Barcelona: Editorial Paidós.
- PRIGOGINE, I. From instability to irreversibility. *Proc. Natl. Acad. Sci. USA* 1986; 83: 5756-60.
- REALE, G. (2001) *Historia del pensamiento filosófico y científico*. T. 1, Antigüedad y Edad Media. Barcelona. Herder.
- ROSENBALTT, J.S. Psychobiology of maternal behaviour: contribution to the clinical understanding of maternal behaviour among humans. *Acta Paediatr. Scand.* 1994; 397: 3-8.
- STERN, D. (1995) *The mother constellation*. New York Basic Books.
- TAYLOR, S. E. (2002) *Lazos vitales, de cómo el cuidado y el afecto son esenciales para nuestras vidas*. Madrid: Taurus.

M. PILAR QUIROGA MÉNDEZ

