
NIVELES DE
INTERACCIÓN
CLÍNICA

GRUPO ACT ARGENTINA

GRADOS DE ABSTRACCIÓN

Lenguaje abstracto

- Mayor elaboración
- Relaciones entre conceptos
- Sin detalles específicos
- Generalizable
- “Frío” (poco emocional)

Lenguaje concreto

- Menor elaboración
- Relaciones entre eventos y conceptos
- Abundante en detalles específicos
- Particular
- “Caliente” (más emocional)

Pacientes y terapeutas, en cada momento, se invitan a utilizar distintos niveles de abstracción, y esto tiene distintas funciones y efectos psicológicos.

Las interacciones clínicas pueden ubicarse en grados de mayor o menos abstracción (ie. más concretos). A fines clínicos podemos organizarlas arbitrariamente en tres niveles de abstracción.

La conversación clínica puede volverse más efectiva si en cada momento elegimos deliberadamente el nivel en el cual queremos interactuar con lxs pacientes.

NIC

NIVEL BAJO: DESCRIBIR

El nivel bajo abarca el lenguaje que describe las cualidades más intrínsecas de la experiencia. Es la descripción de la acción situada.

Algunos ejemplos de interacciones en nivel bajo:

- Describir detalles sensoriales de una experiencia
- Describir cualidades de la experiencia
- Describir actividades y secuencias de actividades
- Describir y etiquetar experiencias internas: emociones, sentimientos, sensaciones físicas, impulsos, etc. También describir pensamientos y recuerdos (según su forma, no su significado)
- Describir aspectos del ambiente físico percibido
- Describir los cambios o modificaciones que suceden en el contexto
- Describir la situación en la cual ocurre una conducta (antecedentes)
- Describir las consecuencias inmediatas de una conducta (consecuencias)

NIVEL MEDIO: ORGANIZAR Y RESOLVER

El nivel medio es el lenguaje que organiza la experiencia para mejor lidiar con ella, por medio de analizarla, evaluarla, explicarla, relacionarla con otras experiencias propias y ajenas, etc. Es el nivel en el cual nos movemos para resolver obstáculos en la experiencia y es en el cual están las habilidades simbólicas más notables de los seres humanos.

Algunos ejemplos de interacciones de nivel medio:

- Evaluar y comparar eventos de todo tipo (situaciones, emociones, pensamientos, conductas, etc.), sopesar pros y contras
- Analizar eventos, postular causas, explicaciones y razones
- Evaluar la coherencia de explicaciones y acciones
- Formular explicaciones, reglas y soluciones

NIVEL ALTO: VALORAR

Este nivel entraña mayor abstracción y complejidad que los anteriores.

Consiste en identificar las cualidades centrales y el propósito de la experiencia. Algunos ejemplos de interacciones de nivel alto son:

- Abstraer de la experiencia cualidades valiosas deseadas
- Identificar el propósito y direccionalidad de las acciones

PRÁCTICA

UN MOMENTO INOLVIDABLE

Hay algunos momentos en nuestras vidas que siempre se van a quedar con nosotros, que siempre vamos a recordar. Esto no significa que hayan sido momentos felices -a veces los momentos que más recordamos son los dolorosos- sino que involucraron alguna cualidad o valor que los hizo significativos.

Si te preguntase por un momento específico de tu vida que nunca vas a olvidar, ¿cuál es el primero que mencionarías? ¿Podrías describirlo en detalle?

Conectando con ese momento, ¿qué es lo que lo vuelve significativo? ¿Sobre qué dirías que fue ese momento? ¿Qué aspectos o cualidades significativas involucró?

Si fueras a resumir en una o dos palabras sobre qué se trató ese momento, ¿qué palabras usarías?