

El narrador narrado

2007-09-17 19:19:15



Todo ser vivo necesita narrarse a sí mismo de alguna manera, es decir, precisa establecer nexos entre las experiencias pasadas, su presente y su acción futura. Aprovechar la experiencia del pasado, lo que ha sido beneficioso para un organismo, es el tipo de conexión básica. En los seres humanos, el lenguaje permite realizar esta importante función adaptativa explotando al máximo sus posibilidades.

Los seres humanos estamos continuamente construyendo narraciones sobre nosotros mismos. Por ejemplo, puedo contarme mi vida laboral (narración en torno a mi formación, mis empleos, mis salarios...), mi vida afectiva (narración en torno a mi familia, mis amigos, mi pareja...) o mi vida personal (en torno a mis hobbies, mi salud, mis viajes...).

Estas narraciones son altamente subjetivas, el punto de vista es el del **NARRADOR NARRADO** (1). No son, por lo tanto, necesariamente fieles a la realidad. Ni exhaustivas ni lineales, se construyen en función de la demanda externa que las elicit. Por ejemplo, puedo elaborar distintos currícula, adaptando mi experiencia profesional a las características de la empresa en la que quiero trabajar.

Los relatos autobiográficos no se describen como un suceso continuo en el tiempo sino que presentan una clara segmentación en:

- **Períodos vitales:** Organizan las experiencias en torno a un tema. Por ejemplo, "cuando mis hijos eran pequeños". Pueden estar solapados en el texto sin interferirse. Por ejemplo, "cuando trabajé en la universidad" y "cuando mi hijo era pequeño" pueden compartir el período cronológico y no interferirse por pertenecer a temas diferentes.

- **Sucesos generales:** Agrupan las experiencias enfocadas a un fin. Por ejemplo, "para la Tesis Doctoral". Tienen un marcador final definido, la consecución de una meta, por lo que repercuten de manera determinante en la historia del sujeto.

- **Sucesos específicos:** Experiencias de alto valor emocional que se quedan al margen de la organización temporal anterior y que son elicitados de forma automática. Por ejemplo, en cuanto hace buen tiempo me viene la imagen de la playa donde pasaba el verano en mi niñez. Se caracterizan por su riqueza y detalle en el contenido y por su invarianza sea cual sea el contexto de recuperación (2).

Las narraciones autobiográficas aportan al funcionamiento mental estabilidad y coherencia. La estabilidad

se basa en la posibilidad de establecer relaciones causales entre el pasado y el presente. Por ejemplo, a partir de las narraciones que tengo disponibles sobre mi experiencia pasada puedo abstraer los rasgos estables de mi comportamiento (mis habilidades, puntos débiles, deseos...) que puedan serme útiles en los procesos de toma de decisiones: ¿merece la pena esforzarme por conseguirlo?, esto no me va a gustar, este deseo no me va a durar mucho.... La estabilidad se propaga hacia el futuro en una planificación de la acción congruente con esta causalidad, evitándose así la dispersión de objetivos.

La coherencia se construye en los monólogos o diálogos internos en los cuales nos contamos nuestra vida a nosotros mismos. Ante cualquier novedad, o en situaciones determinadas (actualmente se cree que una de las principales funciones del sueño es precisamente ésta), nuestros relatos son continuamente revisados hasta alcanzar un sentido.

Las narraciones son un buen índice del estado de salud mental del sujeto. Se pueden distinguir tres tipos de síntomas:

- La ausencia de estabilidad: Cuando el sujeto no establece unas relaciones causales entre el pasado, el presente y el futuro, con valor adaptativo. Por ejemplo, una sobrevaloración de la capacidad mostrada en un trabajo puede llevar a una decisión errónea sobre el futuro profesional.
- La ausencia de coherencia: Cuando sus narraciones son extremadamente inconsistentes. Por ejemplo, el relato de un sujeto que, tras estudiar una carrera durante diez años, decide desempeñar un trabajo que no tiene relación con su formación académica.
- La falta de control de la realidad: Cuando en sus historias hay un exceso de elementos ficticios.

MI VIDA EN EL YO DIGITAL

En el diseño del Yo Digital se incluye una simulación de este proceso mental autonarrativo basándose en sus componentes clave:

- Su componente lingüístico: La información que entra en el Yo Digital puede incorporar una dimensión temporal pudiendo elegir entre dos etiquetas lingüísticas: CUANDO y PARA.
- Su ubicación contextual: La información que entra en el Yo Digital puede incorporar una dimensión espacial a través de la selección de contextos: LABORAL, FAMILIAR....

Así el usuario del Yo Digital podrá contar con narraciones autobiográficas similares a las que genera de forma inconsciente. Las ventajas digitales generarán autobiografías más coherentes y realistas que mejorarán de forma significativa los procesos humanos de toma de decisiones.

(1) Ruiz Rodriguez, M. (2003). El papel del yo en la memoria. En Las caras de la memoria. Cap 4. Pp. 197-227. Pearson-Prentice Hall

(2) Conway, M.A. y Pleydell-Pearce, C.W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107, 261-288.