

La toma de conciencia

1. Breve definición

La toma de conciencia consiste en un mecanismo de reconstrucción en el cual se está transfiriendo aquello que está en un plano inferior e inconsciente a un plano superior y consciente, logrando una conceptualización.

2. Surgimiento del concepto

En uno de sus textos sobre psicología genética, Piaget (1980) introduce un nuevo concepto: el inconsciente cognoscitivo. Para hacer esta propuesta, el autor recoge el tan difundido inconsciente freudiano, uno de los pocos conceptos del psicoanálisis con el que Piaget (en Bringuier, 2004) confiesa estar de acuerdo, y hace una primera distinción entre el inconsciente afectivo y el inconsciente cognoscitivo. Piaget (1999) explica que la acción tiene dos aspectos: uno afectivo y otro, cognoscitivo. Mientras que la afectividad sería el motor de la conducta, es decir, el aspecto energético de la acción, el aspecto cognoscitivo se encargaría de buscar los medios para que la acción alcance su objetivo, entonces, sería el componente estructural de la conducta. Aunque el aspecto afectivo y el cognoscitivo son distintos, no pueden separarse, pues comparten una relación de interdependencia (Piaget, 1980; 1999).

Piaget (1980) señala que en el caso de los procesos afectivos, lo consciente es el resultado, es decir, las personas conocen lo que están sintiendo. Sin embargo, no saben por qué sienten esa emoción o cuál es su origen; esta información permanece inconsciente. Precisamente, la labor del psicoanálisis es permitir que las personas entiendan los motivos de sus emociones, y, de ese modo, hacerlas más llevaderas. A este ejercicio de hacer consciente lo inconsciente se le conoce como catarsis. Como se ha mencionado anteriormente, la acción también tiene un plano cognoscitivo; por lo tanto, este aspecto también tiene una parte inconsciente y otra, consciente. Lo consciente, nuevamente, es el resultado, porque las personas saben lo que piensan. Sin embargo, ignoran el mecanismo por el que llegaron a ese pensamiento, el cómo y el porqué de los pensamientos suelen permanecer inconscientes. Piaget (1981) propone que la analogía de la catarsis en el plano cognoscitivo sería la toma de conciencia, un mecanismo mediante el cual se reconstruye la acción a nivel representacional.

Ahora bien, la toma de conciencia es posterior a la acción, y no siempre es necesario hacer este ejercicio. Como bien señala Piaget (1980), es necesario el desequilibrio para la toma de conciencia. Es decir, existe la necesidad de que en el plano de la acción se

presente una desadaptación, ya que si esta no produce un desequilibrio ni supone un problema, no será necesario tomar consciencia ni reflexionar acerca de aquellos mecanismos que la subyacen. Por el contrario, al presentarse una necesidad, se hace indispensable una toma de consciencia. La reconstrucción llevará a la inclusión de nuevos sistemas conceptuales que transformarán, brindando una nueva organización a aquello que ha causado el desequilibrio.

Piaget (1988) explica que la toma de consciencia, incluso, puede entorpecer la acción. Él pone el ejemplo de las escaleras. Explica que si representáramos cada paso después de cada escalón, nuestra acción de subir escaleras sería más lenta y torpe. El autor explica que la toma de consciencia solo es necesaria cuando la conducta no está adaptada, es decir, cuando la acción no alcanza sus fines es necesario representarla para poder, posteriormente, modificarla. Piaget (1981) propone que la toma de consciencia también es una acción y tiene una función autorregulatoria, es decir, la toma de consciencia es un mecanismo para controlar la propia conducta.

3. Toma de consciencia como reconstrucción

Para comprender la toma de consciencia, es necesario entender que esta no es simplemente un proceso de "iluminación" de aquello que está oculto a la consciencia, sino representa una "nueva construcción" de aquello que ya se sabía y se encontraba en un plano sensoriomotor (puramente acción). La toma de consciencia, entonces, viene a ser "la comprensión, se trata de saber cómo se logró" (Piaget en Bringuier 2004, p.153) Tal y como sostiene Piaget en su entrevista con Bringuier (2004), la toma de consciencia es más que simplemente dirigirse a la acción, es "la interpretación y explicación" de la misma. Piaget (1981) usa el ejemplo de andar a gatas, en el cual los sujetos son capaces de realizar la acción; sin embargo, cuando se les pide dar cuenta del proceso, fallan, pues racionalizan aquello que creen más lógico, mas no lo que en realidad sucede. Entonces, se puede ver que la toma de consciencia va a consistir, primero, en el éxito de los sujetos en la acción y, posteriormente, una reconstrucción, un "darse cuenta" progresivo que adquieren ellos mismos para dar cuenta al resto de la acción que han logrado. Se observa, por ello, que existe un cambio desde un predominio de la acción sobre el pensamiento, hasta llegar a la predominancia de la conceptualización. Esta toma de consciencia, dado que ha reconstruido en un plano superior, permite que la acción de trenzar pueda llevarse a cabo aunque los materiales o circunstancias cambien, es decir, se puede "rehacer la misma cosa o de rehacer modificando" (Piaget en Bringuier 2004, p. 154).

Por ejemplo, Taborda (2010), plantea una situación que puede ayudar a ejemplificar. Menciona el proceso de hacer trenzas, un proceso que consiste en "tres haces de hilos se

entrecruzan alternadamente en una cierta dirección, que no en otra, para constituirse en objeto trenzado” (p.112). Las personas que realizan estas trenzas son capaces de realizar la acción, mas no de explicar el proceso mediante el cual una hebra pasa por encima de otra en determinada dirección, incluso, puede que ellos mismos consideren que son incapaces de realizar las trenzas con materiales diferentes a los acostumbrados. Entonces, se puede ver que no hay nada más que acción, no hay toma de conciencia; sin embargo, al elaborar ellos mismos la manera en la que se da el proceso, reconstruirlo fuera de un plano únicamente sensoriomotor, se puede abstraer las estructuras que posibilitan el proceso, siendo, de este modo, capaces de aplicarlas en otros ámbitos, como podría ser, en el caso de las trenzas, el proceso para trenzar acero que será utilizado en construcción.

4. Ejemplo piagetano: Andar a gatas

En el libro titulado “La toma de conciencia”, Piaget (1981) publica los resultados de una serie de investigaciones llevadas a cabo en el Centro de Epistemología Genética. En una de estas investigaciones, titulada “El andar a gatas”, el autor pide a un grupo de niños que gateen, y después les pide que expliquen los movimientos que han hecho. Piaget (1981) señala que elige esta acción, la de andar a gatas, porque no requiere la manipulación de objetos y porque es una de las primeras actividades que hacen los niños pequeños.; además, le permite demostrar que la toma de conciencia no es automática ni sensorio-motriz, sino un proceso posterior a la acción exitosa.

El autor encuentra que las respuestas de los niños de este estudio pueden ser clasificadas en tres estadios. En el primer estadio, los niños explican que primero ponen una mano, luego la otra, después un pie y finalmente el otro, o al revés, es decir, primero los pies y luego las manos. El autor explica que esta es la construcción más sencilla; además, evidencia la ausencia de toma de conciencia, pues ninguna persona gatea de la manera descrita por estos niños. La mayoría de los niños que dan estas respuestas tienen cuatro años, aproximadamente. En el segundo estadio, los niños dicen que primero ponen una mano, luego el pie del mismo lado, después la mano contraria y el pie de ese lado. Piaget (1981) señala que la marcha descrita es posible, aunque no sea la que realizan efectivamente los niños; por lo tanto, no es una toma de conciencia adecuada, pues no se está conceptualizando la acción anterior. En este estadio, se encuentran la mayoría de niños de 5 a 6 años, pero también niños de 7 a 10 años e, incluso, adultos. En el tercer estadio, los niños logran explicar que primero ponen la mano derecha y la rodilla opuesta, después la mano izquierda y la rodilla opuesta a esta mano. En muchos casos, los investigadores tienen que preguntar varias veces y pedir a los niños que gateen como han explicado, lo cual genera que cambien su explicación y tomen conciencia.

Los resultados del estudio demuestran que la toma de conciencia no es un esclarecimiento que se da de forma automática. También permiten concluir que la acción exitosa puede darse sin toma de conciencia; por lo tanto, tomar conciencia es un proceso posterior. Finalmente, observamos que la representación que tienen los niños difiere de sus acciones efectivas, por lo tanto, la toma de conciencia es una construcción, que puede ser facilitada por un guía que le pregunte constantemente al niño para que él, por sí mismo, reconstruya exitosamente su acción.

5. Definiciones actuales de toma de conciencia: metacognición

Actualmente, tomar conciencia en el lenguaje popular tiene un significado muy distinto al planteado originalmente por Piaget. Según el diccionario de la Real Academia Española (2015), tomar conciencia significa simplemente “darse cuenta, percatarse de algo”, es decir, implica únicamente un reconocimiento de algún fenómeno o suceso. Otro significado comúnmente empleado es el de tomar conciencia como un llamado a pensar en una acción tildada como moralmente incorrecta como decir “Hay que tomar conciencia y dejar de manejar en estado de ebriedad”. Sin embargo, ninguno de los significados anteriormente captura toda la esencia de lo que plantea Piaget, pues si bien hay un cierto grado de observación e introspección, la “toma de conciencia”, entendida de esos modos no implica un proceso de reconstrucción que lleve a una transformación y mejora.

A pesar de sus definiciones actuales, la *toma de conciencia*, en el sentido piagetano, puede relacionarse con conceptos en boga en el ámbito del aprendizaje y de la educación, tal y como es la metacognición, concepto que refiere a la cognición sobre la propia cognición, es decir, la acción cognitiva de conocer, analizar y regular la propia actividad cognitiva (Flavell, 2004). La toma de conciencia es un antecedente claro de la metacognición en tanto la primera requiere de un análisis de los propios procesos del sujeto con el fin de que estos puedan ser representados de manera abstracta, conceptualizados y reconstruidos en el pensamiento permitiendo, de este modo, que puedan ser manejados, transformados y adaptados a las nuevas necesidades de las cuales el individuo ha tomado conciencia. La metacognición es, entonces, una toma de conciencia por parte del mismo sujeto de aquellos procesos que están presentes en su propio aprendizaje, conociendo la manera particular que él tiene de aprender y conceptualizándolo con el fin de reconstruirlo y mejorarlo. De este modo, la metacognición sería un tipo de toma de conciencia particular, circunscrito al ámbito del aprendizaje.

6. Importancia del concepto

El mecanismo de toma de conciencia es importante porque, por un lado, monitorear el aprendizaje permite identificar las dificultades y mejorar el proceso. Esta es, precisamente, una de las funciones de la metacognición (Organista, 2005). Piaget (1981) concluye que haciendo la acción consciente, se puede comprobar si se ha producido un éxito o un fracaso y, además, buscar las razones de este éxito o fracaso para repetir el proceso o cambiarlo. Por otro lado, Piaget (1981) explica que la toma de conciencia es un mecanismo central para el devenir del conocimiento, pues al representar acciones pasadas del propio sujeto, surge la posibilidad de hacer nuevas conexiones lógicas entre sus acciones concretas. Asimismo, la toma de conciencia ha ejercitado al sujeto en la conceptualización y representación, por lo tanto, le permitirá no solo pensar en sus acciones concretas, sino también pensar en las acciones posibles.

Referencias

- Bringuier, J. (2004). *Conversaciones con Piaget*. Barcelona: Gedisa.
- Cuesta, O. (2014). Educación, presente y potencia: la formación de conciencia epistémica a partir del encuentro con el otro. *El agora*, 15 (1), 153-158.
- Flavell, J. H. (2004). Theory-of-Mind Development: Retrospect and Prospect. *Merrill – Palmer Quarterly*, 50, 3
- Forero, Y. (2014). La psicología del conocimiento y la construcción de competencias conceptuales en los procesos de formación. *Revista científica de la Universidad distrital Francisco José de Caldas*, (20), 225-234.
- Organista, P. (2005). Conciencia y metacognición. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 77-89. Recuperado de <http://revistas.uosario.edu.co/index.php/apl/article/viewFile/1243/1108>
- Piaget, J. (1980). *Estudios de psicología genética*. Barcelona: Ariel.
- Piaget, J. (1981). *La toma de conciencia*. Madrid: Morata.
- Piaget, J. (1988). *Psicología evolutiva de Jean Piaget*. Cuarta edición. México: Editorial Paidós Mexicana.
- Piaget, J. (1999). *Psicología de la inteligencia*. Barcelona: Crítica.
- Real Academia Española. (2015). *Diccionario de la lengua española*. 23 edición. Recuperado de <http://lema.rae.es/drae/?val=tomar+conciencia>
- Taborda, J. (2010). Relación de formación y el mecanismo piagetano de toma de conciencia. *Revista latinoamericana de estudios educativos*, 6 (2), 109-128.

Recuperado

[http://latinoamericana.ucaldas.edu.co/downloads/Latinoamericana6\(2\)_6.pdf](http://latinoamericana.ucaldas.edu.co/downloads/Latinoamericana6(2)_6.pdf)

de