

II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2010.

# **El hábito en la construcción y re-construcción de la identidad.**

Vino, Noemí Amelia.

Cita:

Vino, Noemí Amelia (2010). *El hábito en la construcción y re-construcción de la identidad. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-031/73>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/8xG>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

- LANDY F. & CONTE J. (2003) *Work in the 21st Century. An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*. Boston, MA: McGraw Hill.
- LORES ARNAIZ, M. R.; DARIN, L.; GIULIANO, G.; RUGNA, D. (1997) La integración del primer Museo de la psicología experimental argentina en la Universidad de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones, Facultad de Psicología, UBA*.
- MAIER, N.P.F. & VERSER, G.C. (1982) *Psychology in Industrial Organizations* (4th ed.) Boston: Houghton Mifflin.
- MAIER, N.P.F. (1955) *Psychology in Industry*. Boston: Houghton Mifflin.
- MUCHINSKY, P.M. (2002) *Psicología aplicada al trabajo* (6ª ed.) México, DF: Thomson Learning.
- MÜNSTERBERG, H. (1913) *Psychology and industrial efficiency*. Boston, M.A: Houghton Mifflin.
- MÜNSTERBERG, H. (2005) *El cine: un estudio psicológico* (1ª ed.) Bs. As: Más Libros Más Libres.
- ROSSI, L.A. & colab. (2001) *Psicología: su inscripción universitaria como profesión*. Bs. As: Eudeba.
- ROCA DE TORRES, I. (2001) Problemas centrales para la formación académica y el entrenamiento profesional del psicólogo en Puerto Rico. En *Problemas centrales para la formación académica y el entrenamiento profesional del psicólogo en las Américas* (volumen I) Toro, J.P. & Villegas, J.F. (editores) Bs. As: JVE.
- SCOTT, W.D. (1903) *The theory of advertising*. Boston, MA: Small, Maynard.
- SIOP - Society for Industrial and Organizational Psychology, Inc. (1985) *Guidelines for education and training at the doctoral level in industrial/ organizational psychology*. College Park, MD: Author.
- Sivadon, P. & Amiel, R. (1972) *Psicopatología del trabajo*. Madrid: Reus.
- U.C.A - Universidad Católica de Asunción (1983) *Tercera Jornada de Estudios de Psicología*. Asunción: U.C.A.
- VIDLER, D.C. (1986) La enseñanza de la Psicología Industrial en América. Nueva York, Fordham University from "Chilean University Life", Winter 1986, 21, 5-6. Obtenido el 25 de Noviembre de 2004. Disponible actualmente en: <http://abelgallardo.tripod.com/id16.html>
- WEINERT, A.B. (1985) *Manual de la Psicología de la Organización: la conducta humana en las organizaciones*. Barcelona: Herder.

# EL HÁBITO EN LA CONSTRUCCIÓN Y RE-CONSTRUCCIÓN DE LA IDENTIDAD

Vino, Noemí Amelia

Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires

---

## RESUMEN

Muchos afirman que el hábito es una conducta cuasi instintiva. Un proceder automático que se desencadena ante ciertos estímulos. Otros, en cambio, que es un aprendizaje y por lo tanto no se le puede negar al hábito su carácter voluntario y libre. Unos y otros no pueden negar la importancia del hábito para la constitución de la identidad: nuestros hábitos "hablan" de nosotros y por nosotros, forjan nuestra identidad y nos definen ante los otros. Tampoco se puede negar su dimensión social: los hábitos son también culturales y son indicios de pertenencia. Sin embargo, vistos desde la patología, el mecanicismo o el voluntarismo del hábito no son tópicos indiferentes. Si pensamos en el trabajo terapéutico como un deconstrucción y reconstrucción de ciertos aspectos de la vida del individuo, la posibilidad de un cambio puede tener, entre el puro individualismo y la pura adaptación del hábito, matices diversos. Es nuestro propósito indagar la posibilidad de intervención terapéutica que estas concepciones permiten.

## Palabras clave

Hábito Identidad Fenomenología

## ABSTRACT

### HABIT AND IDENTITY CONSTRUCTION

Many people say habit is a quasi instinctive conduct. Automatic behavior triggered before certain stimuli. Others, however, say habit is learning. Therefore, its voluntary and free character cannot be denied. Ones and others cannot deny the importance of the habit for the constitution of the identity: our habits "speak" of us and by us. They forge our identity and they define to us before the others. Its social dimension cannot either be denied: habits are also cultural and indicate property. Nevertheless, from the pathology, mechanism or voluntarism of the habits is not indifferent. If we thought about the therapeutic work like a deconstruction and reconstruction of certain aspects of the individual life, the possibility of a change can have, between the pure individualism and the pure adaptation of the habit, diverse shades. It is our intention to investigate the possibility of therapeutic intervention that both conceptions allow.

## Key words

Habit Identity Phenomenology

---

## 1. ¿QUÉ ES EL HÁBITO?

Dice Nietzsche que sólo se puede definir lo que no tiene historia. Preguntar qué es algo sería entonces pretender sacarlo del flujo temporal. ¿Cómo aproximarnos entonces al concepto de hábito? Consideremos, a la manera de Wittgenstein, la definición como un muestrario de usos posibles. Algo así como la variación imaginaria de los contextos en los que el concepto aparece. Deberíamos recurrir a nuestra imaginación y pensar en qué casos utilizamos esa palabra en nuestra vida cotidiana. Por ejemplo, podría decir que tengo el hábito de guardar mi boleto de colectivo en el bolsillo delantero de mi mochila. Lo hago "habitualmente" y podría dar razones: es un lugar seguro, de fácil acceso, etc. Aún así, algunas veces, busco y no está allí. Involuntariamente lo he guardado en otra parte, es decir, no es algo en verdad instintivo sino que puedo actuar de una manera diferente. Así como las conductas habituales parecen desencadenarse "sin pensar", y por eso las homologamos a lo "instintivo", pueden también ser omitidas sin pensar. Podríamos pensar que el hábito es una acción reiterativa

e irreflexiva, automática. Pero no sucede así con todos los hábitos. Hablamos de “hábitos alimenticios”, que no son por supuesto, automáticos, aunque si reiterados. Muchas veces responden a costumbres familiares o sociales. Los argentinos acostumbramos a comer carne. Es parte de nuestros hábitos. Hemos heredado hábitos de nuestros padres o abuelos, los mantenemos, muchas veces, en su memoria. Estos hábitos no son irreflexivos. ¿Es la reiteración, entonces, la única característica que nos queda? Sería un error pensar que el hábito se caracteriza por ser una conducta sostenida en el tiempo. Esto no basta para que una acción se transforme en hábito. Durante años me he levantado muy temprano, todos los días. Pero no conseguí que se transformara en hábito para mí. En cuanto la obligación cedió lugar a la voluntad, volvió mi conducta noctámbula. ¿Qué es, entonces, lo que transforma una acción repetida en hábito? ¿Podemos reprimir nuestros hábitos de manera que no se manifiesten en acciones? ¿Puede llamarse hábito a la acción compulsiva? ¿Podemos tener hábitos y no practicarlos? No hay duda de que la formación de hábitos es central en el desarrollo humano. El hábito muestra cómo la conciencia/la psique se temporaliza y se proyecta en el futuro a partir del pasado. Hay algo de misterioso en el hábito. Esa fuerza que obliga sin coacción, la “fuerza” de los hábitos. Según el filósofo Paul Ricoeur, una de las características centrales del hábito es la de *ser aprendido*: “el hábito se da como lo que no se encuentra preformado sino ‘adquirido’ por una conquista de la actividad” (Ricoeur, 1988, p307). Precisamente por eso el hábito no es forzoso. Por eso, también, no es mecánico o automático. La reiteración en el tiempo es el resultado de una *persistencia* del individuo. De una perseverancia en la acción. Sin embargo, como ya vimos en los ejemplos citados, no basta con esa persistencia para constituir un hábito. Un segundo componente, sigue Ricoeur, es el *ser contraído*. Una vez adquirido, el hábito se contrae sobre su origen, “se alinea sobre lo preformado y participa de esta familiaridad y al mismo tiempo de este extrañamiento de la vida tan próxima a nosotros...” (Ricoeur, 1988, p.309) El hábito opera así una contra-acción. Construye mi poder de decisión, afecta mi voluntad y se presenta como una segunda naturaleza. Finalmente, el último componente del hábito es lo que Ricoeur llama su *valor de uso*. El hábito proporciona “un poder, una capacidad de resolver, de acuerdo con un esquema disponible, cierto tipo de problemas...” (Ricoeur, 1988, p.310)

Como vemos, para Ricoeur, el hábito no está sustraído a la voluntad. Aunque en muchos casos, el olvido de su origen lo transforma en una acción natural, o mejor dicho, naturalizada análoga a lo que llamamos instintivo. Acción que se desencadena, a modo de esquema facilitador en nuestra vida cotidiana y que se presenta como parte de nuestro ser: como nuestra “segunda naturaleza”.

## 2. EL HÁBITO EN LA FORMACIÓN DE LA IDENTIDAD[i]

Los hábitos son entonces estas “rutinas facilitadoras” que adopta el hombre en todos los ámbitos de su actividad, desde lo afectivo y corporal hasta lo abstracto e intelectual y que van constituyendo un estilo. Efectivamente, como hemos dicho, el hábito no es “natural”, aunque lo parezca, y no obliga, aunque inclina. Siendo así, cada hombre se constituye como individuo a partir de ese estilo constituido por sus hábitos y que constituyen un rasgo diferencial. No es posible no tener hábitos. Esto equivaldría a vivir improvisando, situación que nos llevaría a la locura. Pero es posible optar. Precisamente, Husserl define al yo como “sustrato de habitualidades” (*Meditaciones Cartesianas* #33). Así la habitualidad permite al yo conquistar un destino según una legalidad que es posible explicar eidéticamente, y que, en el plano social, permite dar cuenta también del devenir colectivo. Es decir, rinde cuenta de la génesis del *habitus* común por el cual se configuran la cultura y la historia. La cultura es, según esta perspectiva, la “forma de vida” histórico-social de una comunidad que se desarrolla en prosecución de fines. La habitualidad lleva la forma de vida en su concreción, reiterando una toma de posición en el mundo, una manera de habitar el mundo y suscita *correlativamente* una típica familiar del entorno cotidiano.

La cuestión es saber si la individuación y la génesis monádica se realizan por la actividad y por la reiteración de actividades o si ellas se realizan por la recursión de estructuras y de formas. Husserl sostiene que el modo de operar de la habitualidad difiere,

según la actividad y la pasividad. Hay una diferencia esencial entre *habitus* pasivamente adquiridos y *habitus* voluntariamente formados. Sin embargo, desde una perspectiva de la génesis, se debe pensar no *solamente* la unidad del actuar, sino también la unicidad del poder.

Es preciso por lo tanto estudiar la habitualidad en el nivel de la génesis pasiva, como disposición a tomas de posición idénticas del lado de la conciencia, y como constitución típica en el plano objetivo que da entidad y cohesión a los objetos. Habitualidad y típica aparecen como principios formales de unificación de la conciencia y el objeto y como principios concretos del despliegue de la conciencia, pues ellos articulan su desarrollo.

La familiaridad típica del mundo es deudora del *habitus*, de una reiteración del habitar que proyecta sus comportamientos en el entorno cotidiano. El devenir hombre en un mundo humanamente configurado, en la pasividad y en la actividad de lo habitual, es quizá en definitiva nuestro auténtico *ethos*. Nuestro refugio ante lo extraño y cambiante.

## 3. HÁBITOS INDIVIDUALES-HÁBITOS SOCIALES

Según Kokosszka, Husserl indica expresamente en *De la síntesis pasiva* que la habitualidad activa se define como repetición de una decisión, como “actualización” consciente y querida de un acto anterior.[ii]

La fenomenología debe explicitar la posibilidad misma, para una vida, de darse forma en la unidad de un estilo, según la regularidad incondicional y esencial de su decurso pasivo y activo; es decir, mostrar cómo la voluntad, el querer a sí misma es un *poder querer* que deviene *habitus*, propagando un estilo de habitar el mundo.

La habitualidad activa se distingue, sin embargo, de la pasiva. Ésta se presenta en conjunto en una unidad aperceptiva y designa una “familiaridad” en base a modos de darse homogéneos. Las convicciones, en cambio, se unen en una unidad superior, la unicidad del yo como tal, gracias a la cual el yo puede ser consecuente como yo, concordar con sí mismo, es decir formar la unicidad en el devenir de su historia.

Cada acto instituyente del yo funda su carácter estable en la resolución, un sedimento que el yo quizá retome y en ese retomar mantenga la continuidad de un valor, quizá rechace y en ese rechazo decida instaurar una nueva resolución.

La unicidad de despliegue de la “mónada” (término que Husserl toma de Leibniz para enfatizar el carácter de unidad y unicidad de sí), la unificación de su historia en su mundo, está garantizada por la legalidad del hábito, cuya originalidad es asegurar la unidad de la vida de esa mónada sin subsumirla en la rigidez de una regla. Husserl confiere a las mónadas una habitualidad y una unidad de estilo. Este estilo corresponde a la cultura sedimentada pasivamente en ellas, y también a lo que cada uno espera de esa cultura en virtud de su toma de posición en el pasado, es decir, a partir de sus elecciones y sus convicciones “activas”. Estas sedimentaciones de actos individuales y comunitarios remiten a una tradición y le dan al mundo cotidiano individual y social un sentido, que lo identifica en sus consonancias y disonancias con otras comunidades y otras individualidades pasadas, diferentes o futuras.

El hábito se plantea, entonces, como una forma dual: entre lo social y lo individual, entre lo elegido y lo aprendido pasivamente. Ahora bien, la participación del hombre por sus elecciones individuales y conscientes parece clara, pero cuanto más nos aproximamos a lo social y pasivamente asimilado, esa toma de partido se desdibuja y con ella la posibilidad de variar los hábitos, de sacarlos de su sueño eterno de segunda naturaleza. ¿En qué medida cada una de las figuras de lo habitual hace posible reconstruir el origen de nuestras rutinas? ¿En qué medida pueden ser transformadas cuando dejan de ser facilitadoras y se transforman en escollos para el desarrollo del yo?

## 4. MALOS HÁBITOS, HÁBITOS PATOLÓGICOS E INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA

En *Lo voluntario y lo involuntario*, Ricoeur llama la atención sobre la posibilidad del hábito de deslizarse desde lo pensado a lo no pensado y de lo elegido a lo automático. El hábito opera un “retorno de la libertad a la naturaleza” en el cual se sabe algo pero se ha olvidado cómo y en qué circunstancias se lo ha aprendido, “no

sé como sé que lo sé” (Ricoeur, 1988, p.313). Sin embargo, en esa historia olvidada de los hábitos se encuentra la clave del estilo personal, esa típica característica de cada ser humano: las horas de descanso y actividad, los gustos musicales y literarios, etc. son fijados por el hábito, y constituyen ciclos que se encuentran en un delicado equilibrio entre sí que tiene algo de inestable. Después de todo, la vida humana “no es más que una larga serie de despertares y fijaciones” (Ricoeur, 1988, p.326) a través de los cuales descansamos en procesos ya sabidos, pero los modificamos en cuanto dejan de ser útiles. Es esto lo que nos permiten ajustar nuestras rutinas a nuestras necesidades. Sin embargo, en algunos casos la fijación se vuelve tan fuerte que el hábito mismo se torna necesario y, perdiendo su carácter de facilitador, se transforma en perjudicial. Ricoeur propone algunas figuras paradigmáticas:

- El envejecimiento: vinculado con la edad, aunque no necesariamente, este fenómeno se caracteriza por una inercia de la fijación que se impone sobre las necesidades vitales. Se mantiene, entonces un repertorio de hábitos ya adquiridos que resulta difícil ampliar. La juventud en cambio, se define por la plasticidad que impone la necesidad por sobre la inercia de la fijación. Por eso, en la juventud se adquieren nuevos hábitos con mayor facilidad que en la vejez.

- La estereotipia: es una degeneración del hábito por la cual éste pierde la indeterminación de su contenido -característica que hace posible la adaptación a nuevos contextos- y se “osifica”, se vuelve rígido e invariable en los detalles. Esto hace que toda situación que varíe detalles aún ínfimos de una ya conocida, sea experimentada como totalmente nueva y el sujeto se sienta totalmente desamparado sin una “receta” que lo ayude a desempeñarse en esa situación.

Si bien la estereotipia es una amenaza para el hábito, es evitable. El trabajo continuo contra la automatización puede hacer de nuestras rutinas herramientas útiles para “una voluntad que economiza fuerzas en un mundo que se repite” (Ricoeur, 1988, p.328), sin dejarla caer en la comodidad ignorada que esclerotiza el comportamiento.

- Otra figura está relacionada con la pérdida de control progresiva producida por trastornos momentáneos de la atención, fatiga, agotamiento, etc., es decir, todo fenómeno que produce un debilitamiento de la tensión en la conciencia de modo tal que pierde el control y “se entrega” al automatismo. Actúa ignorando su acción y a pesar del sujeto mismo. “Los verdaderos automatismos motores, intelectuales o morales”, dice Ricoeur, “son automatismos despiertos” (Ibíd.). A diferencia de la estereotipia, que es una tendencia natural del hábito, este fenómeno nos acerca a lo patológico. Si bien Ricoeur no tematiza el aspecto terapéutico, podríamos pensar que es aquí donde un tratamiento psicológico podría ser de utilidad para auxiliar al sujeto en la deconstrucción de rutinas que perdieron el sentido para él.

Sin duda, en el límite entre lo voluntario y lo involuntario, donde se origina el hábito, encontramos una de las claves para la re-estructuración de nuestro comportamiento típico. Identificar un hábito como “malo” o “patológico”, es decir, como perjudicial o sin sentido para nuestro “habitar el mundo” puede permitirnos transitar un camino hacia la lucidez que nos permita devolver a nuestros actos la libertad que nuestra necesidad requiere, ya sea apelando a nuestra propia reflexión, ya sea apelando a la ayuda terapéutica.

#### NOTAS

[i] Para el desarrollo del concepto de hábito en Husserl se sigue el texto de Buscarini, C. “La noción de ‘habitus’ en la fenomenología de Husserl”.

[ii] Véase el artículo de Kokoszka, V. “Habitualidad y génesis: el devenir de la mónada” en *Alter. Revue de Phénoménologie*, p.76.

#### BIBLIOGRAFIA

- ALTER. *Revue de Phénoménologie*, N° 12/2004, Paris, Éditions ALTER.  
BUSCARINI, C. “El hábito como poder y enigma” en *Memorias de las XV Jornadas de Investigación en Psicología*, Vol. 1, Bs. As. Fac. de Psicología.  
BUSCARINI, C. “La noción de ‘habitus’ en la fenomenología de Husserl”, *Ponencia -Jornadas de Filosofía Medieval*, Academia Nacional de Ciencias, 2009.  
RICOEUR, P.(1988) *Lo voluntario y lo involuntario*, Bs. As., Docencia.

# ACCESO Y USO DE LA INFORMACIÓN CIENTÍFICA EN ESTUDIANTES AVANZADOS DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y DE LA FACULTAD DE CIENCIAS EXACTAS DE LA UNMP. ESTUDIO COMPARATIVO

Visca, Jorge Eduardo

Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

## RESUMEN

En el grupo de investigación “Historia, Enseñanza y profesionalización de la psicología en los países del cono sur de América”, comenzamos un estudio que intenta indagar y analizar, a partir de datos empíricos, la percepción de competencias en el acceso y uso de la información científica en estudiantes universitarios que cursan ciclos avanzados de la carrera de Psicología y de Ciencias Exactas, indagando cual es el grado de adquisición reconocido por los estudiantes respecto a estas competencias genéricas y comparando las posibles similitudes o disimilitudes entre las dos muestras de estudiantes. Para coleccionar datos se utilizarán cuestionarios, diseñados a los efectos de esta investigación con base en normas internacionales que dimensionan las competencias en estudio. Se trabajará con una muestra no probabilística de tipo incidental compuesta por el 30 % de la población efectiva de alumnos cursantes en cada uno de los grupos evaluados. Se utilizarán técnicas estadísticas basadas en medidas de correlación no paramétricas. Los datos serán procesados, gestionados y analizados mediante el paquete estadístico SPSS-13.0. El siguiente trabajo desarrolla los objetivos del proyecto en curso y marca la importancia de dicho estudio, debido a la escasa existencia de estudios empíricos a nivel nacional, pretendiendo aportar conclusiones empíricas para las mejoras curriculares, especialmente del grado académico en psicología.

## Palabras clave

Competencias informacionales Estudiantes UNMP

## ABSTRACT

LITERACY SCIENTIFIC INFORMATION IN UNIVERSITIES STUDENTS OF ADVANCED LEVEL OF THE CAREER OF PSYCHOLOGY AND OF EXACT SCIENCES OF THE MAR DEL PLATA NATIONAL UNIVERSITY. COMPARATIVE STUDY. In the UNMdP History, Teaching and Professionalism Research Team focused on Psychology in South American countries, we are studying the perception of competences literacy scientific information in universities students of advanced level of the career of Psychology and of Exact Sciences. In this research we intend to investigate which is the degree of acquisition recognized by the students regarding to these generic competences and to compare the possible similarities or unlikeliness between in the two students' samples. Questionnaires designed for this research with base in international procedures which measure the competences in study will be in use to collect information. We will work with a sample no probabilistic incidental of the 30% students population in every one of the groups valuated. We will use statistics techniques with base in measures of correlation. The data will be managed and analyzed by statial packet SPSS 13.o. This paper describe the objectives of the project to develop and describe the importance this study, for few empirics studies a national level. We pretend to contribute empirics results for necessary curricular improvements in the academic degree in Psychology.

## Key words

Literacy information Students UNMdP