

**MATERIA:**  
ESTIMULACIÓN TEMPRANA

**NOMBRE:**  
*María del Rosario Juárez Salazar*

LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

4to. CUATRIMESTRE

# SUBJETIVIDAD: INTROSPECCIÓN, PROSPECCIÓN E INTUICIÓN

La **introspección** es la función psicológica que permite la observación consciente de la reactividad emocional con respecto a las realidades interna y externa del sujeto. Es, en otras palabras, la capacidad de verse a sí mismo, asiento de la máxima socrática del “conócete a ti mismo”.

La introspección es la base del **insight**, es decir, de la capacidad de hacer consciente lo inconsciente. Con el ejercicio de la introspección se logran entender, comprender y reflexionar.

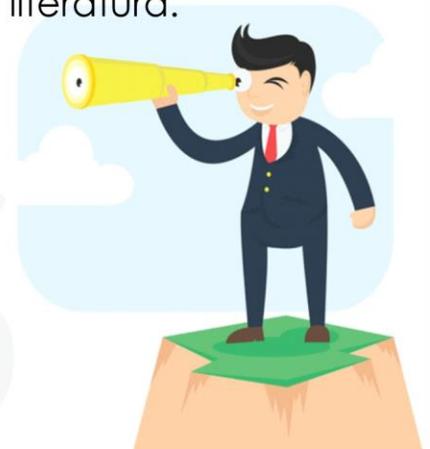


Solo el hombre puede ensimismarse, poder que tiene de retirarse virtual y provisionalmente del mundo y meterse dentro de sí. La meditación es simplemente un proceso de introversión, a través del cual se puede ir a lo profundo de la mente y la conciencia.

Por su parte, la prospección permite la capacidad psicológica de elaborar planes realistas consigo mismo, así el origen de dichos planes surja de la fantasía, de la ilusión o del sueño. La intuición habitualmente se equipara con los conceptos de “instinto”, “olfato”, “voz interior”, “buen juicio profesional”, que describen ese sentimiento impreciso de saber algo sin saber exactamente cómo o por qué se sabe. Se asocia con una capacidad extraordinaria de identificar pautas donde otros no las ven. Está en relación con la capacidad intuitiva de adopción de buenas decisiones.

Las capacidades de introspección y prospección requieren del funcionamiento normal de la corteza cerebral y del funcionamiento normal de toda la función cognitiva, principalmente de las capacidades de simbolización y abstracción; y por tanto, el sustrato biológico de la función es el mismo del de las funciones de inteligencia y conciencia: la corteza prefrontal de los lóbulos frontales

La capacidad de introspección implica la conciencia de uno mismo y de la propia función psicológica. Es, en cierta forma, el asiento de la subjetividad, escenario de la fantasía, del ensueño y de la reactividad emocional íntima, bases de la obra creadora en las artes, la ciencia y la literatura.



# SUBJETIVIDAD: INTROSPECCIÓN, PROSPECCIÓN E INTUICIÓN

La prospección implica la proyección sobre el hipotético futuro, de un plan de ser o de existir. Con la introspección podemos diferenciar los fenómenos psíquicos que entran dentro del campo de conciencia. Con la prospección podemos plantearnos el futuro



## LA INTUICIÓN

Hay introspección cuando la atención dirige conscientemente la autoobservación (función de un Yo adulto y emocionalmente maduro) a los estados anímicos para registrar y describir fases y contenidos de los mismos. Una posible consecuencia del ejercicio de la introspección es adquirir conciencia de un conocimiento nuevo y creativo de un conflicto emocional, previamente vigente e inconsciente. A este último proceso se le denomina insight. El insight permite una reelaboración intelectual y reflexiva que da una visión nueva y distinta de sí mismo y, de alguna manera, conduce a modificaciones de conducta o al control de la descarga afectiva que genera ciertos comportamientos; permite también integrar y sintetizar nuevos contenidos del Yo.

En general, existe capacidad de introspección si el paciente comprende que existe un problema, que su pensamiento y su comportamiento influyen sobre ese problema y que puede necesitar ayuda 30 .