

# La narrativa psicopatológica desde el enfoque de la complejidad

## *The psychopathology narration since the complexity focus*

Leonardo Yovany Álvarez Ramírez, Psicól\*

### Resumen

En la posmodernidad, el lenguaje y la narrativa se constituyeron en la base de la intervención psicoterapéutica, sin embargo las relaciones entre estos y la manera como los individuos estructuran y definen sus actos, creencias, sentimientos e interacciones se ha hecho desde un enfoque basado en valores de armonía, predicción y perfección propios de las ciencias modernas. El objetivo de este trabajo es señalar cómo la realidad desde la cual los individuos construyen su salud emocional puede entenderse desde estos valores pero también y al mismo tiempo, desde sus contrarios al plantear que su realidad personal y social implica la contradicción, la borrosidad, la impredeción, la incertidumbre (elementos del enfoque de la complejidad). Se utiliza el análisis hermenéutico mediante el cual se concluye que la salud mental basada en la intervención desde lo narrativo implica considerar el comportamiento individual y social como realidad compleja. [Álvarez LY. *La narrativa psicopatológica desde el enfoque de la complejidad. MedUNAB 2011; 14:103-107*].

**Palabras clave:** Psicopatología, narrativa, incertidumbre, salud mental.

La naturaleza de la experiencia humana ha venido exigiendo a la investigación psicológica un nuevo paradigma de comprensión del comportamiento que dé cuenta de su complejidad;<sup>1</sup> es así como se ha vuelto la atención hacia el lenguaje, hacia lo discursivo, hacia lo narrativo<sup>2</sup> al considerarlo factor fundamental en la organización, contenido y funcionamiento de los procesos psicológicos.<sup>3-5</sup>

Las teorías constructivistas y socio constructivistas han encontrado con esta redefinición una manera expedita de entrar en el terreno de la psicoterapia no solo para expandir su corpus teórico sino para convertirse en un marco de explicación e intervención eficaz.

### Summary

In postmodern age, the language and the narration have become into the base of the psychotherapeutic intervention, however, the relationships between them and the way, individuals structure and define their behaviors, beliefs, feelings and interactions has been done since a focus based on values of harmony, prediction and perfection, which belong to modern sciences. The objective of this work is positing how the reality since the people builds their emotional health should be understand from another and complementary values like contradiction, blurring, unpredictiveness, uncertainty (complexity model components). Hermeneutic is used to the analysis through it is concluded that mental health intervention from a narration intervention implies reckoning the individual's behavior as a complex reality. [Álvarez LY. *The psychopathology narration since the complexity focus. MedUNAB 2011; 14:103-107*].

**Key words:** Psychopathology, narration, uncertainty, mental health.

Un enfoque que retoma al lenguaje como elemento central de estructuración de la experiencia psicológica ha sido el cognitivo-narrativo, cuya unidad de análisis es justamente la "narrativa", entidad psicológica mediante la cual los seres humanos organizan y construyen su conocimiento sobre sí mismos, sobre los demás y el mundo en función de relatos, haciendo uso de los juegos de lenguaje para conformarla; además, la reconocen como un fenómeno epigenético de progresiva complejidad.<sup>6,7</sup>

El enfoque narrativo en psicopatología propone que ésta se construya con base en narrativas prototípicas (de la depresión, ansiedad, obsesivo-compulsión, entre otras) dado que en ellas, el individuo crea con el lenguaje relatos

\* Docente, Programa de Psicología, Universidad de Santander, Bucaramanga. Colombia.

**Correspondencia:** Psicól. Álvarez, transversal 154 No. 158<sup>a</sup>-40, Torre 1, Apto 303, Conjunto residencial Mirador del Valle (Cafiaveral), Floridablanca, Colombia. E-mail: leonardoalvarez64@gmail.com

Artículo recibido: 12 de marzo de 2011; aceptado el 19 de Julio de 2011.

de una experiencia con restricciones de flexibilidad, multiplicidad, complejidad, variedad que se opone a construcciones saludables respecto de sí mismo, del mundo y de los otros, así, lenguaje y narrativa se funden para constituirse en una unidad de significado organizadora, constituyente y constituida acerca de la propia experiencia humana organizada tanto en formas saludables como en otras menos saludables, inclusive psicopatológicas, como ya se anotó. Aquí, el lenguaje viene a constituirse en el sustrato con el cual se da origen a diferentes formas de relato psicopatológico, no solo para configurar contenidos prototípicos de una entidad nosológica, sino también para generar las operaciones mentales específicas que le dan forma y funcionamiento. Esta dimensión del lenguaje, que va más allá de ser un simple epifenómeno en la vida mental, pues adquiere el estatus de génesis del logos al permitir al hombre crear una segunda naturaleza para el individuo ya sea en el mundo de los objetos o en el de las relaciones y las emociones, de aprehender la realidad. Ese logos es a su vez, auto organizativo y de él pueden derivar organizaciones psicolingüísticas de manera diferenciada como en el caso de las psicopatologías dado que tiene propiedades que podrían pensarse autopoieticas. Este aspecto generativo, propositivo, creativo y organizador del lenguaje y de la actividad mental se vuelve crucial en el trastorno psicopatológico, ya que podría afirmarse que al ser el lenguaje un principio organizador pero al tiempo un producto de la actividad creativa, es medio y fin al mismo tiempo en la organización mental. Al serlo, su forma de funcionamiento podría asimilarse a la de los “atractores” formulados en el paradigma de la complejidad como se verá más adelante, pero no es solo esto, lo que ubica al lenguaje y lo narrativo como componentes a ser abordados desde una perspectiva compleja, sino también, otros factores, como su capacidad para dejar las fronteras acerca de los objetos que define emocionalmente demarcadas de manera borrosa e inconclusa en muchos casos en medio de repertorios de síntomas muchas veces confusos. Pero también está su particularidad para hacer discontinuidades continuas, por ejemplo, cuando el individuo con trastorno puede conseguir avances que, sin embargo, lo pueden llevar a ser otro, mientras sigue siendo el mismo, lo cual lo lleva a la confrontación con el tema del ser y del no ser. Por otra parte, están las manifestaciones singulares que la misma psicopatología puede tener en individuos distintos y que, sin embargo, el lenguaje y la narrativa condensan de manera diferencial para que, por ejemplo, una depresión o una ansiedad sean las de ese individuo en particular y no las de otro.

Así mismo, el lenguaje y lo narrativo ordenan los pensamientos y las creencias propias de cada trastorno confiriéndoles así jurisdicciones de acceso o disponibilidad en la memoria a partir de sesgos que el mismo lenguaje como organizador crea para que tales operaciones puedan cumplirse, de tal manera que las continuidades aparentes de una entidad nosológica específica creen una idea de estabilidad en medio de un entorno inestable como lo es el de la conciencia. El heurístico se convierte así en el espacio

preferencial de funcionamiento del lenguaje porque con él condensa significado y al mismo tiempo permite perpetuar un “atractor” psíquico (la sobrevaloración de la amenaza, el riesgo, la necesidad de control y predicción en el trastorno de ansiedad, por ejemplo).

Todos estos, junto a muchos otros componentes singulares del lenguaje en la psicopatología involucran la consideración de nuevas unidades de explicación y comprensión de lo psicopatológico.

En esa línea de análisis, en la actualidad, el advenimiento de la complejidad como paradigma de comprensión de la realidad ha penetrado en la psicología<sup>8-10</sup> y, en particular, en la psicopatología, por ejemplo, algunos autores retoman los procesos de “caos” en los trastornos psicológicos extendiendo aplicaciones de tipo psicoterapéutico derivadas de ella.<sup>11</sup> Adicionalmente lo cultural y, por tanto, el lenguaje empiezan a tener relevancia en la explicación acerca de la construcción de la identidad de los individuos<sup>12</sup> y, por tanto, de sus creencias, sentimientos, actitudes, valores y comportamientos saludables. De esta forma, el logos es un componente central en la perspectiva de la complejidad pues remite a una realidad apropiada por el hombre para sí y para los demás, una realidad en la cual coexisten lo armonioso y lo no armonioso, lo predecible con lo incierto, lo lineal y lo paradójico, lo posible y lo probable, lo estable y lo inestable, el estado y el cambio, el control y lo incierto, lo planeado y lo intuitivo y, por tanto, lo caótico, lo fractal, lo catastrófico y lo borroso,<sup>13</sup> entre muchas otras propiedades que le son inherentes y con las cuales hay que contar, y en el caso de la definición de lo mental, aún más para poder comprender cómo ello hace presencia en lo denominado: “patológico”. Simultáneamente, la variedad, la multiplicidad de manifestaciones y posibilidades al hacer parte de una realidad narrativa basada en el lenguaje, incorporan elementos que le son fundamentales a una perspectiva compleja de la realidad.

## Narrativa y coherencia desde la complejidad

En la narrativa psicopatológica (narrativa prototipo), se distinguen tres dimensiones fundamentales: La estructura, el contenido y el proceso, las cuales operan en diferentes módulos: Sensoriales, cognitivos y emocionales en el proceso de construcción de la experiencia.<sup>14</sup> La conectividad entre los diferentes elementos de la estructura narrativa, en su interior, o entre narrativas puede proporcionar un discurso coherente o incongruente con una organización lingüística basada en la variedad, multiplicidad, diversidad de los contenidos y de operaciones cognitivas o en lo contrario. Un discurso con tales ausencias se aleja de lo mentalmente saludable. Así las cosas, la narrativa prototipo de cualquier trastorno mental como unidad discursiva psicopatológica está basada en la idea de “coherencia narrativa” y con ello fundamentada en

el “orden” o en la congruencia interna. En función de este atributo, la coherencia narrativa vendría asociada a los principios de continuidad y permanencia, relacionados con las ideas de “equilibrio” con su interés por la simplificación de la realidad, en oposición a la posibilidad, probabilidad, impredeción, contradicción e inestabilidad que también cabría en su constitución y funcionamiento al estar constituidas y organizadas por el lenguaje en tanto logos complejo. Este equilibrio está relacionado con la estabilidad narrativa la cual al perderse degenera en psicopatología. La búsqueda de la armonía entre dimensiones y entre construcciones sensoriales, cognitivas y afectivas de la narrativa propuestas por la psicoterapia cognitivo-narrativa se erigiría sobre la coherencia narrativa y, por lo tanto, su desarmonía llevaría a la psicopatología y desde allí la acción terapéutica habría de dirigirse a eliminar aspectos constructivos incoherentes o inarmónicos de la misma. Por su parte, considerar la “coherencia narrativa” desde una perspectiva compleja implica aproximarse a la misma desde la “inestabilidad” también pues hacerlo de otra forma es partir de un reduccionismo excluyente.

Desde una mirada compleja la persona tiene que no ser coherente para poder ser ella misma (lo cual no implica la ausencia total de coherencia);<sup>15</sup> esto reivindica el proceso dinámico e inestable de la narrativa en la “búsqueda permanente” de organización del significado, en virtud de que esta es siempre inacabada, incompleta, en tanto polisémica al ser estructurada con el lenguaje: Cada relato de la experiencia se constituye en un corpus semántico en el que el individuo se narra algo acerca de sí mismo, de los demás o del mundo, seleccionando episodios, eliminando significados, negando aspectos de lo vivido, manipulando lo narrado, propiedades que varían en lugar y tiempo y circunstancias. De esta manera, el enfoque de la complejidad aplicado a la narrativa permite ver cómo esta se organiza y reorganiza indefinidamente, reemplazando, cambiando, sustituyendo, transformando, reenmarcando discursos pues su contexto de emergencia vendría siendo una realidad compleja: “ambigua, difusa, caótica”, fundada en lo inestable como atributo incluyente y posible siempre presente, siempre con nuevas preguntas emergentes, con nuevos elementos y significados por relacionar, con dudas acerca de dichas relaciones en la organización de significados ya obtenida (narrativa depresiva, ansiógena, obsesivo-compulsiva).

El concepto de posibilidad genera en la construcción narrativa un aspecto de potencialidad que le es inherente, además porque es un atributo constructivo del lenguaje por ser este auto reflexivo y, por tanto, capaz de replantear y reflexionar sobre algo ya pensado y reflexionado, es decir, con incompletud semántico-narrativa.

A propósito de lo anterior, el paradigma de la complejidad postula las estructuras disipativas, las cuales son pertinentes para el concepto de identidad personal puesto que según ellas, la potencialidad que tendría el individuo para definirse a sí mismo sería variada, diversa, conservando la

coherencia en la diversidad. En términos de los trastornos psicopatológicos con preservación de las funciones yoicas esto equivaldría a reexperimentarse a través de diferentes *selves* o sí mismos para captar a través de ellos diferentes componentes significativos de su ser permitiéndose a sí verse, sentirse y apreciarse de maneras diferentes, múltiples, polifacéticas y al mismo tiempo, experimentar el potencial que existe en ello para tomar perspectivas diferentes con respecto a la que se tiene en determinado trastorno. Sin embargo, este es un tema que desde la mirada compleja implica que este es un proceso no siempre conseguido bajo el auspicio de la intencionalidad del individuo aunque en la intervención psicoterapéutica se tienda a hacer un énfasis permanente en ellas<sup>16</sup> y a sobrevalorar el papel que este determinismo tiene en las posibilidades de cambio de las personas.<sup>17</sup>

En una perspectiva compleja, el sentido de autoría es discreto, pues cuenta con que hay elementos que no son de dominio del mismo individuo así se hallan instalados en él, es por eso que muchas intenciones no se realizan o inclusive se concretan en lo contrario y que muchos esfuerzos no rindan los frutos esperados en la consecución de modificaciones en muchos trastornos. Esto es, la coherencia narrativa no está ligada siempre a su modificación intencional pues sigue una dinámica autoorganizativa que la dirige permitiendo solo ciertos márgenes de acción intencional en el ajuste (coherencia) del relato; por otra parte, aún dentro de lo intencional, los individuos mantienen grandes dificultades para incorporar relatos alternativos en su experiencia aunque deseen hacerlo y se esfuerzan por lograrlo, adicionalmente dicha coherencia es incluso manipulada como ya se anotó a través de diferentes estrategias de manipulación del significado que el lenguaje mismo en su versión de organizador del pensamiento y la emoción lleva a cabo y que no están fácilmente accesibles ni a la conciencia ni a la manipulación del individuo. Al respecto son claros los diferentes fenómenos propios de diferentes trastornos en los cuales el individuo se autoengaña para paliar los efectos dolorosos de la experiencia, por ejemplo, en el caso de la obsesivo-compulsión el individuo presenta una narrativa suficientemente bien estructurada y coherente de su experiencia presente y pasada, consigue construirla en detrimento de la complejidad de la experiencia sensorial, emocional y cognitiva; en otras palabras, al reducir la diversidad y cualidad de su campo experiencial fuerza la coherencia. En este caso, la contradicción es eliminada en función de la “coherencia narrativa”; sin embargo, una mirada desde la inestabilidad reivindica el papel de la contradicción como un atributo que interconecta los procesos en las diferentes modalidades (sensoriales, cognitivas y emocionales). En otras palabras la incoherencia e inaceptación de la contradicción en la narrativa hace que el relato se torne psicopatológico, de esta manera, la coherencia narrativa suele dejar el campo de control intencional a un lado para actuar a través de su propio proceso de ajuste desde su autoorganización, desde su propia gramática, la cual reordena desde diferentes

contradicciones y manteniendo muchas de ellas y esto le es propio por extensión a los trastornos mentales en los cuales la función yoica se conserve. Aquí, retomando y aplicando lo propuesto por Le Moigne podría proponerse para el cambio narrativo un proceso de regulación y otro de transformación<sup>18</sup> y la psicopatología, como una resultante de desconexiones y discontinuidades narrativas en un contexto que les otorga sentido.

## Narrativa y variabilidad: analizando lo que se mantiene y lo que cambia y sus posibilidades desde un enfoque complejo

Analizando la narrativa psicopatológica desde el segundo atributo de la realidad defendido por el paradigma de la complejidad, podría considerarse que una organización narrativa (narrativa prototípica) podría representar un fractal que se mantiene invariante a cualquier nivel de análisis (la parte tiene la misma forma que el todo), se repite reconfirmando al individuo en la misma, pero a su vez, lo hace en el caso particular generando aspectos discursivos propios, singulares, que no les son propios a otros casos, aun manteniendo la misma organización. Se trata de lo irregular en lo regular (Lo cualitativo en lo cuantitativo): En el caso del individuo con trastorno de pánico se presenta una disminución en la capacidad para explorar la diversidad de la experiencia sensorial pues el individuo se concentra en la modalidad sensorial (Experiencias auditivas, visuales, gustativas, olfativas) lo cual deja escasa de contenido la modalidad cognitiva y emocional de la experiencia y en consecuencia deviene la “irregularidad” que instaura el trastorno. Lo sensorial sobrecompensa y se hace cargo de la experiencia. Aplicando lo propuesto en la teorización de los fractales<sup>19</sup> (patrones regulares de organización que indican un orden complejo en comportamientos aparentemente aleatorios) que la narrativa prototipo es “la misma siempre” (regular al seguir una regla o patrón) porque siempre es diferente aunque no pase a ser otra (irregular por no seguir una regla o patrón). Interpretando a Codina al respecto, asumir la no linealidad en la narrativa significaría que esta siempre es la misma porque es siempre diferente,<sup>20</sup> es decir, la narrativa con el lenguaje siguen una “gramática organizativa” como lo sostiene Mandler, a quien se hizo referencia con anterioridad, una supraestructura narrativa que le daría un aspecto de semejanza pero al mismo tiempo responde a la autoría individual con lo cual se vuelve novedosa e irreplicable (no linealidad de iteración temporal); en términos predictivos, la narrativa prototipo permitiría al individuo convertir la vida en algo coherente-aunque psicopatológico- evitando la ambigüedad, en el nivel micro evolutivo (tiempo real) de donde se constituiría en un “atractor” (o, en su caso, fuente) del sistema psicopatológico, y en el nivel macro evolutivo (a largo plazo) se consolidaría como el patrón narrativo prototípico. En función de lo anterior, se explica el segundo atributo, el de la “perfección”.

## La posibilidad de lo impredecible en la narrativa psicopatológica

Finalizando con el análisis en función del tercer atributo del paradigma de la complejidad, es decir, el atributo de la “armonía”, la multipotencialidad que se confiere a la narrativa según Gonçalves, se avendría a lo propuesto por el paradigma de la complejidad, en tanto que ella permite un sentido de autoría que haría que la narrativa fuese impredecible a largo plazo. Su apertura a la multipotencialidad en medio de la espontaneidad, la provisionalidad, el tanteo, la flexibilidad aseguraría que esto fuese así. En el caso de la depresión, una nota característica de lo impredecible es que la disposición de los individuos llegar a ella<sup>21</sup> no estaría determinada idénticamente en todos, existiría más bien un continuo riesgo para la depresión.<sup>22</sup> Por otra parte, algunos individuos pueden permanecer crónicamente deprimidos (pobre sentido de autoría, siguiendo el enfoque cognitivo-narrativo), mientras otros experimentan una remisión o un curso episódico en la depresión. En el caso de la distimia, se ha hallado que el curso de la entidad es fluctuante con exacerbaciones (lo que podría interpretarse como un sentido de discontinuidad, desconexión y autoría que se pierden y recuperan abruptamente) que podían clasificarse en un episodio depresivo mayor, según Akiskal. En el caso de la clasificación de los trastornos del estado de ánimo, la impredecibilidad deja evidencias claras, cuando siendo probable que en un trastorno haya fases diferentes, se lo clasifique en entidades clínicas distintas (la división marcada discreta entre narrativas que no muestra sus intersecciones o conjunciones, sino sus disyunciones),<sup>23</sup> según el incremento o decremento de respuestas a eventos estresantes de la vida (sentido de autoría en el enfoque de la complejidad).

En sincronía con lo anterior, por ejemplo, Keller y Shapiro acuñaron el término “doble depresión” (en la cual a la distimia le siguen episodios depresivos) categoría inexistente en el sistema de clasificación nosológico actual de los trastornos del estado de ánimo,<sup>24</sup> con lo cual los pacientes son diagnosticados con los dos trastornos (depresión mayor y distimia), siendo probable que en el caso de “doble depresión” se trate de dos fases diferentes de una misma condición, se diagnostican como dos entidades clínicas distintas atendiendo a un incremento o decremento de síntomas en respuesta a eventos vitales estresantes. Este aspecto plantea en términos narrativos que las narrativas mantienen puntos de intersección semánticos, matices, interconexiones en muchos casos como el presente que son borrosos pero que existen; adicionalmente, habría que apuntar que desde el mismo punto de vista “complejo” existen ecuaciones deterministas<sup>24</sup> según las cuales se puede replicar el comportamiento aunque su actividad (como fractal) parezca aleatoria, si se cuenta con los datos de su inicio, lo cual desvanece posiciones absolutistas en el debate linealidad-circularidad en la explicación del comportamiento y para el caso que nos ocupa, de la psicopatología.

En conclusión, el enfoque narrativo adopta atributos de la complejidad al establecer la narrativa y el lenguaje como las unidades de análisis de la organización del significado psicopatológico. Incorpora la variedad, la complejidad, la diversidad y la multiplicidad como atributos que comprometen la construcción narrativa de esta realidad pero plantean dichas construcciones desde el orden y la coherencia narrativas cuando la experiencia vista desde lo complejo es caótica, contradictoria y paradójica, lo cual haría que la narrativa fuese un fenómeno de significación estructurado y dinamizado desde la inestabilidad y no desde la estabilidad. Igualmente, con respecto a la armonía de las estructuras, contenidos y procesos y de las modalidades de construcción del conocimiento psicopatológico (sensoriales, emocionales y cognitivas), la idea de desarmonía entre ellas se plantea como el eje que sostiene la concepción de lo psicopatológico con lo cual, el planteamiento de la realidad compleja desde el lenguaje desaparece. Finalmente, asume lo predecible en el proceso de construcción de la realidad psicopatológica cuando determina la narrativa prototipo como la organización invariante que guía los actos de significado del individuo.

Se plantea que al ser la realidad un fenómeno complejo y el logos la forma de aprehenderla, lo psicopatológico sea concebido desde los atributos de caótico, borroso, no lineal e impredecible para que lo narrativo otorgue a la psicopatología una dimensión menos restringida en su comprensión y facilite nuevas estrategias psicoterapéuticas.

## Referencias

- Gonçalves O. Postmodern cognitive psychotherapy: From the university to the multidiversity. *J Cognitive Psychother* 1997; 11:105-2.
- Harré R, Gillet G. *The discursive mind*. New York: Sage, 1994:45-123.
- Bruner J. *Acts of meaning*. Cambridge: Harvard University Press, 1991:34-46.
- Shotter J. Dialogical psychology. In: *Rethinking psychology*. London: Sage, 1995:46-67.
- Howard G. Cultural tales: A narrative approach to thinking cross-cultural psychology and psychotherapy. *Am Psychologist* 1991; 46:187-97.
- Mandler J. *Stories, swifts and scenes: Aspects of schema theory*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum, 1984:23-37.
- Garate-Larrea. La comprensión de cuentos en los niños. Madrid: Siglo XXI, 1994:16-98.
- Scott G (Ed). *Time, rhythms and chaos in the new dialogue with nature*. Freeman: Pine Hills Press, 1991:34-65.
- Carver C. Dynamical social psychology: Chaos and catastrophe for all. *Psychol Inq* 1997; 8:100-19.
- Rae F. Application of chaos theory to psychological models". Dallas: Performance Strategies Publications, 1993:13-56.
- Masterpasqua F, Perna P. The psychological meaning of chaos. Washington: APA, 1997:16-34.
- Bruner J. *Acts of meaning*. Cambridge: Harvard University Press, 1991:12-45.
- Munné F. El retorno de la complejidad y la nueva imagen del ser humano: Hacia una psicología compleja. *Rev Interam Psicol* 2004; 38:23-31.
- Gonçalves O. Psicoterapia cognitivo-narrativa. *Rev Psicoter* 1995; 7:101-12.
- Munné F. El self paradójico: La identidad como sustrato el self. En: *La mirada psicológica. Grupos, procesos, lenguajes, culturas*. México: F.C.E, 2000:743-8.
- Prigogine I. *Las leyes del caos*. Barcelona: Crítica, 1999:12-34.
- Gonçalves O. *Psicoterapia cognitivo narrativa. Manual de terapia breve*. Bilbao: Biblioteca de Psicología, 2002:15-46.
- Le Moigne J. Crisis y cambio. En: *La terapia familiar en transformación*. Barcelona: Paidós, 1998:12-45.
- Mandelbrot B. *Fractals: Form, chance, and dimension*. San Francisco: W. H. Freeman, 1997:12-56.
- Codina N. Auto descripción del self. En: *El TST. Psicol Soc (São Paulo)* 1998; 10:23-38.
- Akiskal H. Dysthymic disorder: psychopathology of proposed chronic depressive subtypes. *Am J Psychiatry* 1983; 137:1084-7.
- Nettle D. Evolutionary origins of depression: a review and reformulation. *J Affect Disord* 2004; 81:91-102.
- Klein D, Santiago N. Dysthymia and chronic depression: introduction, classification, risk factors and course. *J Clin Psychol* 2003; 59:807-16.
- Keller M, Shapiro D. Double depression: superimposition of acute depressive episodes on chronic depressive disorders. *Am J Psychiatry* 1982; 100:438-42.
- Prigogine I. *Self-organization in non-equilibrium systems*". San Francisco: Wiley, 1977:45-68.