

Número 1

Febrero 2004



Procesos culturales en América Latina

A perspectiva histórica da subjetividade: uma exigência para la Psicología atual

Ana Mercês Bahia Bock

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (Brasil)



Alteraciones psico- lógicas y propuestas psicoterapéuticas

El trance como herramienta terapéutica

María Isabel Diez Voigt

Universidad de Chile



Psicología del deporte y formación de triunfadores

Rendimento esportivo ou rendimento humano? o que busca a da Psicologia do esporte?

Katia Rubio

Universidade de São Paulo (Brasil)



*Proceso salud-
enfermedad y
bienestar social*

Las creencias y el proceso salud-enfermedad

Teresa L. González Valdés

Escuela Latinoamericana de Medicina (Cuba)

¿Existe el destino? (Apuntes mu-psicológicos)

Manuel Calviño

Universidad de La Habana (Cuba)

Dictaminadores de este número:

Luis Morocho Vásquez (Perú)

Víctor A. Giorgi (Uruguay)

Manuel Calviño (Cuba)

José de Jesús Vargas Flores (México)

Jesus Maria Chalela Suarez (Uruguay)

Jorge Castillo (Argentina)

A perspectiva histórica da subjetividade: uma exigência para la Psicologia atual

Ana Mercês Bahia Bock

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (Brasil)

A tradição da Psicologia, no Brasil, tem sido marcada pelo compromisso com os interesses das elites e tem se constituído como uma ciência e uma profissão para o controle, a categorização e a diferenciação. Poucas têm sido as contribuições da Psicologia para a transformação das condições de vida, tão desiguais em nosso país.

A colonização do Brasil, por Portugal, foi caracterizada fundamentalmente pela exploração, o que exigiu a construção de um forte aparelho repressivo. As idéias psicológicas produzidas neste período, por representantes da igreja ou intelectuais orgânicos do sistema português, terão a marca do controle. Vamos encontrar produções que buscam aumentar o controle sobre as mulheres, as crianças e os indígenas.

No século XIX, o Brasil deixa de ser colônia e transforma-se em império. As idéias psicológicas vão ser produzidas principalmente no âmbito da medicina e da educação.

Com a vinda da Corte portuguesa vamos ter duas conseqüências fundamentais:

- a demanda de serviços até então inexistentes como a educação nos seus diversos níveis, inclusive superior, e o século XIX vai assistir à abertura de escolas que se tornarão referência no Brasil como o colégio Pedro II, a Escola Normal em Niterói e em São Paulo e o Pedagogium no Rio de Janeiro.

- e o desenvolvimento rápido da cidade do Rio de Janeiro que sem qualquer infra-estrutura para suportar esse desenvolvimento se viu às voltas com doenças, miséria, prostituição e loucura. O século XIX vai assistir, assim, ao surgimento das idéias de saneamento e higienização das cidades, higienização que será entendida como material e moral. Busca-se uma sociedade livre da desordem e dos desvios.

As idéias psicológicas puderam colaborar significativamente no trabalho da educação e da higienização moral.

A educação será marcada por práticas autoritárias e disciplinares. A escola vai surgir como um lugar de disciplina e rigor moral, caracterizando-se por uma educação autoritária e disciplinadora. A medicina, pela criação de hospícios como asilos higiênicos e de tratamento moral (em 1842 é inaugurado no RJ o hospício Pedro II; em 1852 em SP o asilo Provisório de Alienados da cidade de SP). A sociedade dominada pela ideologia da ordem e da higienização.

O final do século XIX trouxe à República, a riqueza cafeeira e o desenvolvimento do pólo econômico no sudeste. A psicologia adquiria o estatuto da ciência autônoma na Europa e, em seguida, nos Estados Unidos.

Na educação, o pensamento está marcado pelo movimento da Escola Nova que coloca o indivíduo como eixo de sua construção e dá ênfase a preocupação cientificista, transformando as escolas em verdadeiros laboratórios.

As idéias psicológicas foram também associadas à administração e à gestão do trabalho, baseadas no pensamento taylorista.

E a industrialização no Brasil vai fazer novas exigências à psicologia que, com a experiência da psicologia aplicada à educação, pode colaborar significativamente com um conhecimento que possibilitava a diferenciação das pessoas para a formação de grupos mais homogêneos nas escolas e a seleção de trabalhadores adequados para a empresa.

As guerras trouxeram o desenvolvimento dos testes psicológicos, instrumentos estes que viabilizaram esta prática diferenciadora e categorizadora da psicologia. E foi com este lugar social que a psicologia se institucionalizou no Brasil, sendo reconhecida em 1962 como profissão.

Esta pequena retrospectiva mostra que a Psicologia esteve comprometida com os interesses das elites brasileiras. Uma profissão que, quando atingiu camadas de baixo poder aquisitivo, nas empresas, nas escolas e na saúde, esteve sempre a serviço do controle, da higienização, da discriminação e da categorização que permitiam melhorar a produtividade, o lucro; permitiam melhorar as condições de vida das elites brasileiras, que sempre fizeram política, nesse país, a partir exclusivamente de seus interesses.

Esta Psicologia “tradicional” se desenvolveu e se fundamentou em concepções universalizantes e naturalizantes da subjetividade. Idéias que pensavam o homem e seu mundo psíquico de forma a entendê-lo como um ser natural, dotado de capacidades e características da espécie e que, inserido em um meio adequado, poderia ter seu desenvolvimento. Um homem que é responsável pelo seu desenvolvimento e pelo seu sucesso ou fracasso. O esforço de cada um era a garantia do desenvolvimento adequado.

São estas idéias que vamos desenvolver aqui para podermos fazer a crítica a universalização e naturalização do homem, buscando uma perspectiva histórica para a Psicologia.

A visão liberal de Homem

O liberalismo, ideologia fundamental do capitalismo, nasceu com a revolução burguesa para revolucionar a ordem feudal e se instituiu para garantir a manutenção da ordem que se instalava.

A burguesia constituiu as idéias liberais para se opor à ordem feudal: uma ordem baseada na existência de uma hierarquia no universo; um mundo pensado como estável, ordenado e organizado pela vontade divina.

Um mundo pronto no qual a verdade se revelava aos indivíduos. A hierarquia no universo se refletia na hierarquia entre os homens. Um mundo paralisado, no qual cada um já nascia no lugar no qual deveria ficar. Um universo que tinha a Terra como seu centro. Um mundo de fé e dogmas religiosos que ofereciam aos homens as idéias prontas e os valores certos para serem adotados. Um mundo que desconheceu individualidades, impedindo que os sujeitos se constituíssem como tal. Um mundo que não precisou de uma Psicologia.

Assim, como oposição a estas idéias do feudalismo, a perspectiva liberal tem como um de seus elementos centrais a valorização do indivíduo: o individualismo. Cada indivíduo é um ser moral

que possui direitos derivados de sua natureza humana. Somos indivíduos e somos iguais, fraterno e livres, com direito à propriedade, à segurança, à liberdade e à igualdade.

A visão liberal quebrava a estabilidade do mundo, sua hierarquia e suas certezas. O indivíduo estava agora no centro e poderia e deveria se movimentar. E por que surgiam estas idéias liberais?

Porque o capitalismo precisava destas idéias; precisava pensar o mundo como em movimento, para explorar a natureza em busca de matérias-primas e precisava dessacralizar a natureza. O capitalismo precisava do indivíduo, como ser produtivo e consumidor. A Terra já podia então tomar seu humilde lugar no universo. A verdade já podia ser plural. O mundo estava posto em seu movimento. O homem também estava em seu movimento. E neste mundo, agora incerto, o homem se viu frente à possibilidade de ser, de pensar e de fazer. A escolha tornava-se uma exigência e um elemento da condição humana. Escolher entre várias possibilidades e escolher diferentemente de outros permite o desenvolvimento de uma noção de indivíduo e conseqüentemente uma noção de eu entre os homens.

Fertilizando estes novos elementos vamos assistir ao desenvolvimento da noção de vida privada. Estudos interessantes, existentes hoje, mostram como a vida coletiva vai dando lugar a um espaço privado de vida. As casas vão modificando sua arquitetura para reservar locais privados para os indivíduos; os nomes vão se individualizando; marcas vão sendo colocadas em roupas, guardanapos, lençóis permitindo identificação. A vida do trabalho vai saindo da casa para a fábrica, modificando o caráter da vida pública. A casa vai se tornando lugar reservado à família, que dentro de casa, vai também dividindo espaços e permitindo lugares mais individuais e privados. Os banheiros saem dos corredores para se tornarem lugares fechados e posteriormente individualizados.

A noção de eu e a individualização vão nascendo e se desenvolvendo com a história do capitalismo. A idéia de um mundo "interno" aos sujeitos, da existência de componentes individuais, singulares, pessoais, privados vai tomando força, permitindo o desenvolvimento de um sentimento de eu. A possibilidade de uma ciência que estude este sentimento e este fenômeno também é resultado deste processo histórico. A Psicologia vai se tornando necessária.

As idéias liberais, construídas no decorrer do desenvolvimento do capitalismo vão permitir a construção de uma determinada Psicologia. Essas idéias se caracterizam fundamentalmente por pensar o homem a partir da noção de natureza humana. Uma natureza que nos iguala e exige liberdade, como condição para o desenvolvimento das potencialidades das quais somos dotados como seres humanos. Importante notar que o liberalismo propiciou com estas idéias de igualdade natural entre os homens, o questionamento das hierarquias sociais e desigualdades características do período histórico da feudalismo.

Ao homem deveriam ser dadas as melhores condições de vida para que seu potencial natural pudesse desabrochar. Frente às enormes desigualdades sociais do mundo moderno, o liberalismo produziu sua própria defesa, construindo a noção de diferenças individuais decorrentes do

aproveitamento diferenciado que cada um faz das condições que a sociedade “igualmente” lhe oferece.

Assim, as condições históricas deste período permitiram o surgimento da Psicologia e do próprio fenômeno psicológico, como hoje está constituído. As idéias “naturalizadoras” do liberalismo serão responsáveis pela concepção de fenômeno psicológico que se tornará dominante na Psicologia. Para tratar deste assunto, escolhemos trazer alguns dados da pesquisa realizada por Bock (1999) sobre o significado do fenômeno psicológico do fenômeno psicológico entre os psicólogos de São Paulo.

Na publicação de tese de doutorado, Bock (1999) relata que encontrou em questionário aplicados a 44 psicólogos, muitas definições para o fenômeno psicológico: “acontecimento orgânicos, manifestações do aparelho psíquico, individualidade, algo que ocorre na relação e é o que somos, conflitos pulsionais, confusão mental, manifestação do homem, pensar e sentir o mundo, o homem e relação com o meio, consciência, saber-se indivíduo, o que se mostra, subjetividade, funções egóicas, existência intersubjetiva, experiências, vivências, loucura, distúrbio, o próprio homem, evento estruturantes do homem, comportamento, engrenagem de emoção, motivação, habilidades e potencialidades, experiências emocionais, psique, pensamento, sensação, emoção e expressão, entendimento de si e do mundo, manifestação da vida mental, tudo que é percebido pelos sentidos, é consciente e é inconsciente”.(Bock, 1999 pag. 173)

Cabe ainda trazer alguns dados a mais deste trabalho de Bock. Os psicólogos utilizam-se de chavões para designar o fenômeno psicológico:

- “- O fenômeno é bio-psico-social;
- O fenômeno envolve ou implica a interação entre pessoas;
- O fenômeno se refere ao um indivíduo que é agente e sujeito.”(Bock, 99, 174)

Ainda elementos recorrentes nas respostas aos questionários que indicam elementos de uma conceituação consensual entre os psicólogos:

- “- É um fenômeno interior ao homem;
- Tem vários componentes;
- É uma estrutura, uma organização interna ao homem;
- Possui aspectos conscientes e inconscientes;
- Há algo de biológico e de social neste fenômeno;
- A interação é importante na sua constituição(interação com o meio, com os outros);
- Recebe influência de fora e influência do meio;
- É um fenômeno possível de ser conhecido(consciente), mas tem aspecto a que não se tem acesso(inconsciente);
- O psicólogo possui instrumento e conhecimentos para contribuir no conhecimento desse fenômeno e na sua reestruturação;

- É um fenômeno que se desestrutura. A noção de desequilíbrio, de desorganização, de desestruturação é bastante presente. Alguns identificam o fenômeno com a sua desestruturação, isto é, o fenômeno é a doença, o desequilíbrio ou o conflito;
- Há uma noção, presente em alguns questionários que é a identificação do fenômeno com a possibilidade de o indivíduo relacionar-se consigo mesmo”.(Bock, 99 pag 174/175)

Mas que coisa é esta, o fenômeno psicológico?

Ora é processo, ora é estrutura, ora manifestação, ora relação, ora é conteúdo, ora é distúrbio, ora experiência. É interno, mas com relação com o externo. É biológico, é psíquico e é social; é agente e é resultado; é fenômeno humano, relacionado ao que denominamos “eu”.

O fenômeno psicológico seja lá qual for sua conceituação aparece descolado da realidade na qual o indivíduo se insere e mais ainda, descolado do próprio indivíduo que o abriga. Esta é a noção: algo que se abriga em nosso corpo, do qual não temos muito controle; visto como algo que em determinados momentos de crise nos domina sem que tenhamos qualquer possibilidade de controlá-lo; algo que inclui “segredos” que nem eu mesmo sei; algo enclausurado em nós que é ou contém um “verdadeiro eu”.

E aqui cabe falarmos da relação deste fenômeno psicológico com o meio social e cultural. Esta relação é afirmada como necessária e importante por muitos psicólogos; no entanto, é vista como uma relação na qual o “externo”(mundo social) impede e dificulta o pleno e livre desenvolvimento de nosso mundo “interno”(psicológico). O mundo social é um mundo estranho ao nosso eu. Um lugar, no qual temos que estar e por isto nos resta a tarefa de nos adaptarmos. E a história deste aparato psicológico passa a ser a história da sua adaptação ao mundo social, cultural e econômico. Trabalhar, relacionar-se, aprender, fazer são atividades desta adaptação. Amar, emocionar-se, perceber, motivar-se são vistas também como possibilidades humanas que se desenvolvem, ou melhor, se atualizam(pois já eram potencializadas) neste mundo externo.

Um fenômeno abstrato, visto como característica humana. Um fenômeno que existe em nós, como estrutura, processo, expressão, ou qualquer de suas conceituações, porque somos humanos e ele pertence a nossa natureza. Fica então naturalizado o fenômeno psicológico. Algo que lá está como possibilidade, quando nascemos; algo que deverá ser fertilizado por afeto, estimulações adequadas e boas condições de vida, mas que lá está, pronto para desabrochar.

Em defesa de uma visão histórica do fenômeno psicológico

A Psicologia Sócio-Histórica, que toma como base a Psicologia histórico-cultural de Vigotski (1896-1934), se apresenta desde seus primórdios como uma possibilidade de superação destas visões dicotômicas. O discurso de Vigostki, no II Congresso Pan-Russo de Psiconeurologia, em 1924, sobre o método de investigação reflexológica e psicológica, demonstra isto com clareza, ao fazer a crítica a posições que foram consideradas reducionistas e ao incentivar a produção de uma Psicologia dialética.

A psicologia sócio-histórica tem inerente a ela a possibilidade de crítica. Não apenas por uma intencionalidade de quem a produz, mas por seus fundamentos epistemológicos e teóricos.

Fundamenta-se no marxismo e adota o materialismo histórico e dialético como filosofia, teoria e método. Nesse sentido, concebe o homem como ativo, social e histórico. A sociedade, como produção histórica dos homens que, através do trabalho, produzem sua vida material. As idéias, como representações da realidade material. A realidade material, como fundada em contradições que se expressam nas idéias. E a história, como o movimento contraditório constante do fazer humano, no qual, a partir da base material, deve ser compreendida toda produção de idéias, inclusive a ciência e a psicologia.

A Psicologia Sócio-Histórica não trabalha com a concepção liberal de homem e de fenômeno psicológico. Acredita que o fenômeno psicológico se desenvolve ao longo do tempo. Assim:

- o fenômeno psicológico não pertence à Natureza Humana
- o fenômeno psicológico não pré existe ao homem
- o fenômeno psicológico reflete a condição social, econômica e cultural em que vivem os homens.

Portanto, para a Sócio-Histórica falar do fenômeno psicológico é obrigatoriamente falar da sociedade. Falar da subjetividade humana é falar da objetividade onde vivem os homens. A compreensão do “mundo interno” exige a compreensão do “mundo externo”, pois são dois aspectos de um mesmo movimento, de um processo no qual o homem atua e constrói/ modifica o mundo e este, por sua vez, propicia os elementos para a constituição psicológica do homem.

As capacidades humanas devem ser vistas como algo que surge após uma série de transformações qualitativas. Cada transformação cria condições para novas transformações, em um processo histórico, e não natural. O fenômeno psicológico deve ser entendido como construção no nível individual do mundo simbólico que é social. O fenômeno deve ser visto como subjetividade, concebida como algo que se constituiu na relação com o mundo material e social, mundo este que só existe pela atividade humana. Subjetividade e objetividade se constituem uma à outra sem se confundirem. A linguagem é mediação para a internalização da objetividade, permitindo a construção de sentidos pessoais que constituem a subjetividade. O mundo psicológico é um mundo em relação dialética com o mundo social. Conhecer o fenômeno psicológico significa conhecer a expressão subjetiva de um mundo objetivo/coletivo; um fenômeno que se constitui em um processo de conversão do social em individual; de construção interna dos elementos e atividades do mundo externo. Conhecê-lo desta forma significa retirá-lo de um campo abstrato e idealista e dar a ele uma base material vigorosa. Permite ainda que se supere definitivamente visões metafísicas do fenômeno psicológico que o conceberam como algo súbito, algo que surge no homem, ou melhor, algo que já estava lá, em estado embrionário, e que se atualiza com o amadurecimento humano. O homem e o fenômeno psicológico pensados como sementes que se desenvolvem e desabrocham.

E por que a psicologia sócio-histórica é crítica a estas perspectivas?

Porque tais perspectivas fazem uma psicologia descolada da realidade social e cultural que é constitutiva do fenômeno psicológico. E isto é uma questão importante, porque é desta “descolagem” que se constitui o processo ideológico da psicologia. Passamos a contribuir significativamente para ocultar os aspectos sociais do processo de construção do fenômeno psicológico em cada um de nós. Fazemos ideologia.

Ideologia como definida por Charlot é “um sistema teórico, cujas idéias têm sua origem na realidade, como é sempre o caso das idéias; mas que coloca, ao contrário, que as idéias são autônomas, isto é, que transforma em entidades e em essências as realidades que ele apreende, e que, assim, desenvolve uma representação ilusória ao mesmo tempo daquilo sobre o que trata e dele próprio; e que, graças a essa representação ilusória, desempenha um papel mistificador, quase sempre inconsciente(o próprio ideológico é mistificado, acredita na autonomia de suas idéias): as idéias assim destacadas de sua relação com a realidade servem, com efeito, para construir um sistema teórico que camufla e justifica a dominação de classe. Ideológico não significa, portanto, errôneo(...). Aliás, é porque uma ideologia é um sistema ilusório e não um sistema de idéias falsas que é social e potencialmente eficaz (Charlot, 1979, p.32).

Chauí nos ajuda a completar o conceito quando afirma que a operação da ideologia é a “criação de universais abstratos, isto é, a transformação das idéias particulares da classe dominante em idéias universais de todos e para todos os membros da sociedade. Essa universalidade das idéias é abstrata porque não corresponde a nada real e concreto, visto que no real existem concretamente classes particulares e não a universalidade humana. As idéias da ideologia são, pois, universais abstratos”.(Chauí, 1981, p.95). A ideologia é, assim, uma representação ilusória que fazemos do real. O ilusório da ideologia está em que parte da realidade fica ocultada nas constituições ideais. Na psicologia, ao construirmos as noções e teorizações sobre o fenômeno psicológico tem ficado ocultada a sua produção social. Com isto, as conseqüências são danosas do ponto de vista das possibilidades da psicologia contribuir para a denúncia e a transformação das condições de vida constitutivos do fenômeno.

O fenômeno psicológico, como qualquer fenômeno não tem força motriz que lhe seja própria. É na relação com o mundo material e social que se desenvolvem as possibilidades humanas. Claro, há um corpo biológico que se instituiu como elemento básico da relação e é nele que se processará o que estamos chamando de fenômeno psicológico. Esta relação com o mundo, através da atividade dos sujeitos, se torna essencial para que algo ocorra em nós.

Temos usado a imagem do Barão de Munchhausen para expressar uma compreensão da ideologia que se constitui a partir da psicologia.

“Uma outra vez quis saltar um brejo mas, quando me encontrava a meio caminho, percebi que era maior do que imaginara antes. Puxei as rédeas no meio de meu salto, e retornei à margem que acabara de deixar, para tomar mais impulso. Outra vez me saí mal e afundei no brejo até o pescoço. Eu certamente teria perecido se, **pela força de meu próprio braço, não tivesse puxado**

pelo meu próprio cabelo preso em rabicho, a mim e a meu cavalo que segurava fortemente entre os joelhos.” (Raspe, p.40)

É esta a melhor imagem que encontramos para designar esta ideologia do esforço próprio de cada um para desenvolver-se, para desenvolver o potencial contido em sua natureza. A Psicologia tem assim, há anos, contribuído para responsabilizar os sujeitos por seus sucessos e fracassos; temos pensado e defendido condições de vida como canteiro apropriado ou não para o desabrochar de potencialidades; temos acreditado e contribuído para classificar e diferenciar pessoas pelas suas características e dinâmicas psicológicas; temos criado ou contribuído para reforçar padrões de conduta, que interessam à sociedade manter, como conduta necessária ao “bom desenvolvimento das pessoas”. A psicologia tem reforçado formas de vida e de desenvolvimento das elites como padrão de normalidade e de saúde, contribuindo para a construção de programas de recuperação e assistência àqueles que não “conseguem(ao puxarem pelos seus próprios cabelos)” se desenvolver nesta direção. Tem transformado o diferente, o “fora do padrão dominante” em anormal.

A psicologia não tem sido capaz de, ao falar do fenômeno psicológico, falar de vida, das condições econômicas, sociais e culturais nas quais se inserem os homens. A psicologia tem, ao contrário, contribuído significativamente para ocultar estas condições. Fala-se da mãe e do pai sem falar da família como instituição social marcada historicamente pela apropriação dos sujeitos; fala-se da sexualidade sem falar da tradição judaico-cristã de repressão à sexualidade; fala-se da identidade das mulheres sem se falar das características machistas de nossa cultura; fala-se do corpo sem inseri-lo na cultura; fala-se de habilidade e aptidões de um sujeito sem se falar das suas reais possibilidades de acesso à cultura; fala-se do homem sem falar do trabalho; fala-se do psicólogo sem falar do cultural e do social. Na verdade, não se fala de nada. Faz-se ideologia!

Reverter este processo de construção da psicologia como ciência e profissão implica a nosso ver redefinir o fenômeno psicológico.

E por que este aspecto faz da psicologia sócio-histórica uma perspectiva crítica? Porque já não poderemos mais pensar a realidade social, econômica e cultural como algo fora do Homem, estranho ao mundo psicológico que aparece como algo que o impede, o anula ou o desvirtua. O mundo social e o mundo psicológico caminham juntos em seu movimento e a psicologia para compreender o mundo psicológico terá obrigatoriamente que trazer para seu âmbito a realidade social na qual o fenômeno psicológico se constrói; e por outro lado, ao estudar o mundo psicológico estará contribuindo para a compreensão do mundo social. Trabalhar para aliviar o sofrimento psicológico das pessoas possibilitará e exigirá do psicólogo um posicionamento ético e político sobre o mundo social e psicológico.

A psicologia sócio-histórica pretende assim ser crítica porque posicionada. A psicologia sócio-histórica exige a definição de uma ética e exige uma visão política sobre a realidade na qual nosso “objeto de estudo e trabalho” se insere. A psicologia sócio-histórica carrega, intrinsecamente à sua

forma de pensar a realidade e o mundo psicológico, esta perspectiva e a necessidade deste posicionamento.

As idéias liberais serão responsáveis pelo desenvolvimento da concepção de fenômeno psicológico dominante na Psicologia. Um fenômeno concebido de forma abstrata, enclausurado no homem, descolado da realidade social (a não ser como oportunidades para o desabrochar do potencial); algo em nosso corpo, do qual não temos muito controle; visto como algo que em determinados momentos de crise nos domina sem que tenhamos qualquer possibilidade de controlá-lo; algo que inclui “segredos” que nem eu mesmo sei; algo enclausurado em nós que é ou contém um “verdadeiro eu”.

Cabe ressaltar que nesta concepção a sociedade aparece como algo que se contrapõe aos movimentos naturais do humano. A sociedade é algo oposto aos nossos interesses naturais. O “Mundo externo” impede, dificulta o pleno desenvolvimento de nosso “mundo interno”. Mundo interno e mundo externo ficam definitivamente separados. Ciências diferentes são criadas para dar conta destas realidades tão diversas. A Psicologia, enquanto ciência do mundo interno abandona qualquer vínculo mais profundo com a realidade social e cultural, para pensar o homem isolado; para estudar o fenômeno psicológico como algo já existente no homem que independe da relação com o mundo cultural para se constituir.

A Prática profissional surge então carregada de uma perspectiva corretiva e terapêutica. Não poderia ser outra, pois se já somos o que vamos ser, dada a natureza humana da qual somos dotados, a Psicologia só poderia se constituir enquanto prática profissional como um conhecimento e um conjunto técnico que detecta desvios do desenvolvimento humano (em relação ao que é concebido como natural), propondo-se como algo que reencaminha, realinha, adapta, cura.

A Psicologia se associa a idéia de doença, mas nosso objeto de trabalho não é o corpo que adoce. Nosso objeto é o mundo simbólico. Nosso objeto é o registro que os sujeitos fazem do mundo que os cerca, do cotidiano. Esse mundo não fica doente. Esse mundo se estrutura, se desestrutura, sofre, mas não fica doente, no sentido de adquirir mal, moléstia ou enfermidade. Só uma noção naturalizante do mundo psicológico poderia ter chegado a essas noções. Pois, se o mundo psicológico é natural, é da espécie, é de nossa natureza humana, já está lá e será desenvolvido com o passar do tempo e das experiências. Aí sim, pode-se pensar que ele adoce. A conseqüência mais evidente de tudo isto é que a Psicologia torna-se uma ideologia, pois ajuda a acobertar as condições sociais que constituem o homem. Todas as qualidades e todos os defeitos dos humanos são analisados da perspectiva naturalizante. E tudo que foge à regra, ao esperado, ao comum é patologizado. Abrimos mão de nossa possibilidade de, a partir do sofrimento psicológico, denunciar as condições de vida que desigualam, desestruturam e geram sofrimento.

A Psicologia se instituiu assim em nossa sociedade moderna como uma ciência e uma profissão conservadoras que não constrói, nem debate um projeto de transformação social.

É hora de rompermos. É hora de fazermos a crítica contundente a esta perspectiva liberal de homem. É hora de abandonarmos definitivamente as visões naturalizantes de homem e de mundo, adotando perspectivas históricas.

Necessitamos rever nossos conhecimentos e práticas a partir de noções que entendam o homem como um ser constituído ao longo de sua própria vida, ao longo de sua ação sobre o mundo, na interação com os outros homens, inseridos em uma cultura que acumula e contém o desenvolvimento de gerações anteriores.

O fenômeno psicológico não pertence mais à natureza humana. O homem, ao construir a cultura e a sociedade, se libertou de sua “natureza”, ultrapassando seus limites e características. O fenômeno psicológico como registro, no homem, de sua relação com o mundo, na medida em que este mundo é social e cultural, passa a se caracterizar por esta condição. Assim, o fenômeno psicológico não preexiste no homem. Se desenvolve conforme o homem se insere na sociedade, nas relações e na cultura. Ali estão as possibilidades do homem se tornar humano. A humanidade do homem está na cultura, nas relações sociais e nas formas de produção da vida. É lá que o homem vai buscar os elementos para sua constituição.

A concepção histórica do fenômeno psicológico permite que se pense o homem e o mundo em permanente movimento; permite que se construa uma prática profissional e saberes em Psicologia colados a um projeto de sociedade; permite que o psicólogo perceba claramente sua profissão como um fazer social, que incentiva um determinado projeto de transformação social. A concepção histórica do fenômeno psicológico contribui significativamente para a superação de perspectivas estigmatizadoras que a Psicologia desenvolveu. O homem é visto como uma construção do homem. O controle, a categorização e a diferenciação deixam de ser entendidas como naturais, para serem lidas como um determinado compromisso da Psicologia com as necessidades e projetos sociais.

Os processos a serem analisados são da objetivação do homem em seu mundo e o da apropriação do mundo, pelo homem, para se constituir. O homem atua, pondo no mundo social seus conteúdos individuais. O homem se objetiva no mundo e faz isto junto com os outros homens. Assim, a humanidade vai se constituindo no mundo, nos objetos, na cultura, nas formas de sobrevivência e de produção humanas. De lá, que o homem vai retirar o material para se constituir. Vai se apropriar da humanidade que construiu ao transformar o mundo. Vai retomar para si a humanidade que construiu. Assim, o homem se constrói ao construir o seu mundo.

Pensar esse processo de construção da subjetividade como um movimento e uma relação do homem com o mundo, no qual nem homem nem mundo existem a priori (em um certo sentido), é superar visões naturalizantes e ideológicas na Psicologia. O mundo psicológico que estudamos não é natural; não está lá pronto; não possui conteúdos universais, nem processos e estruturas prontas para serem movimentadas ou preenchidas.

Pensar desta forma a subjetividade nos coloca em uma outra relação com o mundo social. Passamos a perceber a necessidade de nos posicionarmos sobre qual homem e qual sociedade

queremos estimular. Isto porque, passamos a pensar que o mundo psicológico não está pronto e nem mesmo tem direção para seu desenvolvimento dada naturalmente. Nossas intervenções profissionais são portanto direcionamentos. Qual mundo queremos estimular? Qual sociedade? Qual subjetividade? Qual homem?

Ao mesmo tempo que esta tarefa, de definirmos o projeto de nossa intervenção, se coloca como obrigatória, outro ganho acontece. Passamos a nos ver, como profissionais, que através de nossas intervenções atuamos no mundo; mudamos o mundo; nos objetivamos no mundo. Nos vemos, então, como sujeitos que transformam o mundo a partir de sua prática profissional. Isto passa a exigir que façamos de nosso projeto profissional, um projeto político, de construção do âmbito coletivo.

A Psicologia brasileira precisa se voltar para a sociedade. Precisa se perceber como uma intervenção política na sociedade. A história de nossa ciência e de nossa profissão mostra que sempre estivemos comprometidos com interesses sociais. Sempre fizemos de nossa ciência e de nossa profissão um instrumento político. No entanto, a revisão histórica mostra que estivemos comprometidos com os interesses das elites brasileiras. Queremos, com a perspectiva histórica na Psicologia, reverter esse processo e nos comprometermos com outros setores da população. Queremos acreditar que é possível pensar que os sofrimentos psíquicos que temos e que nossos conteúdos e estruturas psíquicas são reflexo de um mundo de competição, de discriminação, de estigmatização, de diferenciação... e que querer trabalhar para mudar esses quadros é, também, acreditar que um mundo melhor é possível. É em prol desse projeto, de um mundo melhor, que queremos colocar nossa profissão.

Referências Bibliográficas:

- Antunes, Mitsuko A M. – A Psicologia no Brasil- leitura histórica sobre sua constituição- Enimarco Ed./ EDUC, São Paulo, 1999
- Bock, Ana M.B. –Aventuras do Barão de Munchhausen na Psicologia –Ed.Cortez/EDUC, São Paulo, 1999
- Chauí, Marilena- O que é a ideologia- coleção Primeiros Passos- Ed.Brasiliense, 2ª edição- São Paulo, 1981
- Lowy, Michael- As aventuras de Karl Marx contra o Barão de Munchhausen – Ed.Busca Vida, São Paulo, 1987
- Lowy, Michael –Ideologias e Ciências Sociais: elementos para uma análise marxista Ed.Cortez, 4ª edição, São Paulo, 1988
- Warde, Miriam J. –Liberalismo e Educação –tese de doutoramento , PUC São Paulo, 1984

Notas

Ana Mercês Bahia Bock é doutora em Psicologia Social pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo; professora da equipe de psicologia sócio-histórica da PUCSP; diretora da Faculdade de Psicologia da PUCSP de 93 a 2001 e presidente do Conselho Federal de Psicologia de 97 a 2001.

El trance como herramienta terapéutica

María Isabel Diez Voigt

Universidad de Chile

Currículum: Estudios básicos y medios: Colegio Compañía de María Apoquindo 1971
Estudios universitarios: Psicología, Universidad de Chile 1980.
Aprobada con Distinción Unánime.
Tesis de Grado Premiada por el Colegio de Psicólogos como un aporte a la profesión.

Experiencia laboral: Desde 1985 a la fecha he trabajado en Evaluación de Personal para importantes empresas del medio nacional. Estas evaluaciones han sido de selección externa tanto para ejecutivos como para personas de rol general, evaluaciones para movilidad interna, evaluaciones para selección de candidatos a programas específicos y otros. Entre las principales empresas se encuentran:

- Empresas del Grupo Ultramar
- Belltech
- Colgate
- Bosca
- Cecinas La Preferida
- NCR – AT&T
- Telefónica Móvil
- Terra.
- Gallyas Telecomunicaciones

Desarrollo de proyectos especiales, tales como asesoría en resolución de conflictos al interior de empresas.

Trabajo de coaching para empresas, atendiendo a ejecutivos para desarrollar habilidades específicas, enfrentar dificultades, adaptarse a nuevas situaciones, etc.

Cursos a empresas sobre temas como trabajo en equipo, comunicación eficiente, manejo de conflictos, incertidumbre, cambios, evaluaciones.

En paralelo a la actividad anterior, desde 1980 a la fecha he trabajado como psicóloga clínica independiente en mi consulta particular. Me especialicé en trastornos emocionales tanto en niños como en adultos. En el año 1997 incorporé el trance en el proceso terapéutico.

1980-1991 Psicóloga Colegios Juanita de los Andes y Padre Hurtado. Miembro del Comité Escolar. Evaluación de niños para admisión y tratamiento. Atención a niños, padres y profesores.

Correo electrónico: mid@adsl.tie.cl

Artículos: El trance como herramienta terapéutica. - María Isabel Diez Voigt

Resumen

Se trata de la utilización del trance como un estado hipnótico leve en el cual el paciente no pierde la conciencia, mantiene el juicio crítico y la capacidad de discrepar. Se induce a través de un sencillo sistema de relajación, al que previamente se estableció un consentimiento acerca del tema y enfoque a tratar. El trance está al servicio del paciente. Sólo habla el terapeuta y no se trata nada de lo que no se haya hablado previamente, el consentimiento es fundamental. Se utiliza un lenguaje que promueve el diálogo interno, evitando toda orden o imposición, centrándose en la

situación concreta que se está tratando, con un enfoque práctico y comprensivo, previamente acordado. El cambio en el estado de conciencia permite una visión expandida al mismo tiempo que particular, tanto de sí mismo como del problema tratado, lo que facilita el cambio terapéutico y acorta significativamente el tiempo de terapia.

Palabras clave: Trance – Terapia – Conciencia – Consentimiento – Enfoque.

Comencé a usar el trance en mi práctica clínica, en el año 1997, y desde entonces pude constatar que los períodos de terapia se acortan significativamente, aproximadamente a la mitad, en relación al tiempo que usaba anteriormente, sin utilizar el trance. Es habitual que use entre 4 y 10 sesiones para concluir una terapia y los contenidos que se ordenan y mejoran, abarcan más allá de los tratados en la terapia misma. El propio paciente extiende su mejoría a otras áreas de su vida, sin tener en ello la participación del terapeuta, lo cual le otorga gran autonomía y estimula la seguridad en sí mismo al constatar que posee mecanismos reguladores de su conducta que están a su disposición y que para ello no necesita asistir a terapia recurrentemente, cada vez que se le presente un problema, ya que ésta quedó incorporada como un funcionamiento sano que le pertenece y que se va autorregulando, entre los procesos que incorpora, aprende a pensar en términos positivos y constructivos, “nuestro peor enemigo no nos puede hacer tanto daño como nuestros pensamientos necios. Nadie puede ayudarnos tanto como nuestros propios pensamientos constructivos”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 8).

Se produce un proceso terapéutico en que las partes sanas del sí mismo sanan a las que se encuentran débiles, enfermas, distorsionadas. Se extiende lo sano hacia lo enfermo o disfuncional. Es un proceso agradable, tal como ocurre cuando sanamos de una enfermedad física, desde un simple resfrío a otra más severa. Me gusta mucho usar la fortaleza de la salud para sanar las partes enfermas y el trance permite crear un sistema de vasos comunicantes internos que generan fluidez en el contacto entre las distintas partes del sí mismo, como también entre diferentes áreas de la vida. De este modo la persona se transmite a sí misma un conocimiento que le pertenece, aprende de sí misma, no necesita recurrir al exterior, lo cual le otorga gran libertad. Se mira a sí misma y mejora su diálogo interno, corrigiendo sus enfoques erróneos, desde sus mismos conceptos y perspectivas adecuadas, que tan bien le funcionan en sus áreas exitosas y sanas, concebidas éstas, por sí misma, como tales. No usa, porque no necesita, juicios externos. En la filosofía oriental encontramos expresada esta idea en el siguiente pensamiento: “nadie fuera de nosotros mismos puede juzgarnos internamente. Cuando sabemos esto, nos volvemos libres”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 91).

He preferido usar la palabra **trance** en lugar de hipnosis por la forma en que ésta última ha sido usada, esto es, como una herramienta para tomar el control de otra persona, influir sobre su

mente y su comportamiento, permaneciendo ésta al margen de la experiencia. El estado de trance es un estado de hipnosis, en cuanto a que es un estado de conciencia diferente al que se tenía previo al el trance, pero en éste se mantiene la conciencia en cuanto a saber lo que está ocurriendo y lo que está escuchando. El estado de trance, tal como yo lo uso, implica una participación activa del paciente en cuanto tiene pleno conocimiento de lo que le hablaré, en qué contexto, con qué enfoque y de qué manera, así como también estímulo de manera explícita el uso de su propio criterio, la elección de sus propias alternativas en su particular estilo, es decir, la identidad y la libertad del paciente. Antes de comenzar la sesión explícito que se mantiene la capacidad de juicio crítico, de discrepancia y de razonamiento. Al trance se le puede llamar también sueño lúcido o sueño despierto. Se puede considerar como una meditación asistida, que a su vez genera un diálogo interno activo, o en palabras de Jaspers, una “meditación filosófica” que “es un acto ejecutivo en el cual yo llego al Ser y a mí mismo”. (Karl Jaspers, *Sobre la Filosofía*, III. Alvarado Rivera, M, 2000 *Pensamientos de Grandes Filósofos*, Editorial Diana, México, 1990). El trance es **una técnica que se pone al servicio del paciente, no es un poder que el terapeuta ejerce sobre éste**. El nivel de conciencia varía tanto dentro de un mismo trance como de una sesión a otra, pero se mantiene, incluso aunque la persona entre en un sueño biológico profundo, la noción y la conciencia de lo que el terapeuta habló. Esto se puede constatar al repetirle los temas que se trataron cuando el paciente vuelve de su trance, inmediatamente lo recuerda, pero añadiendo las imágenes, asociaciones, conclusiones, deducciones o recuerdos que él mismo hizo o tuvo durante la experiencia. De este modo ha accedido a su interior de manera muy amplia, manteniendo un particular diálogo consigo mismo. Para esto es muy importante el lenguaje que el terapeuta use, debe ser abierto, no impositivo, absoluto o categórico. Debe mantener el tono de una conversación de tal manera que estimule el estilo de diálogo. De ninguna manera usar un estilo directivo impositivo. Es estar al servicio del otro, no imponérsele. Dice un pensamiento oriental: “las palabras tienen el poder de destruir o sanar. Cuando las palabras son a la vez verdaderas y bondadosas, pueden cambiar nuestro mundo”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 6).

Me gusta la definición que da el diccionario Larousse acerca de la palabra trance:

1. Ocasión o momento crítico, decisivo o difícil por el que pasa una persona.
2. Entre los espiritistas, estado en que un medio manifiesta fenómenos paranormales.
3. Estado del alma en unión mística.

A todo trance, expresa la resolución o necesidad de hacer algo sin reparar en riesgos. Postrer, o último, trance, (figurativo), último estado o tiempo de la vida próximo a la muerte.

Me parece muy importante lo que dice el diccionario acerca que se trata de un momento crítico, por lo tanto es un momento especial que permite un trabajo también especial, como es el terapéutico.

Un momento crítico es un momento de vulnerabilidad y por lo tanto de apertura, lo cual implica actuar con gran delicadeza, pericia y eficiencia, similar al que tiene un cirujano cuando opera. **El terapeuta accede y opera en el alma, la psiquis, lo más íntimo de una persona.** Por lo tanto, es importante la creación de un clima armonioso y comprensivo, antes del trance. El trance no sustituye al clima y la relación que se crea entre paciente y terapeuta. La relación entre ambos, en estado habitual de conciencia, ayuda o dificulta el estado de trance, no es indiferente. El trance no es todopoderoso, pero en cambio tiene y da un poder inmenso utilizado en un clima armonioso, donde se ha creado una confianza producto que al paciente se le están entregando herramientas genuinas para comprenderse, comprender el problema, ver alternativas para enfrentar y dar solución a lo que lo aqueja. Estas herramientas consisten en brindarle un panorama comprensivo de su situación o problema, lo que lo aflige o ha repetido aunque le haya sido perjudicial. Cuando esta comprensión se produce, lo que generalmente ocurre al acercarse el final de la primera sesión, es un cambio en la postura física del paciente, se relaja, deja de llorar si ello ha ocurrido, comienza a percibir un horizonte más abierto hacia donde dirigirse. Al comienzo no tiene claro de cómo lo conseguirá, pero ya comienza a ver un nuevo camino que recorrer, con el consecuente alivio emocional y la esperanza de poder salir del problema. Cuando algunas veces, los pacientes me preguntan ¿y cómo haré esto?, o ¿cómo podré llevar esto a la práctica?, lo considero un muy buen índice de avance, porque ante sí mismo aparecieron alternativas que antes no existían en su repertorio, y así accede a nuevas posibilidades, que surgen de su propio interior, “la mente contiene todas las posibilidades”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 17).

Me gusta mucho el concepto de “flujo” del psicólogo Mihaly Csikszentmihalyi, de la Universidad de Chicago: “es el estado en el cual las personas se hallan tan involucradas en la actividad que nada más parece importarles; la experiencia por sí misma, es tan placentera que las personas la realizarán incluso aunque tenga un gran coste, por el puro motivo de hacerla”. (Csikszentmihalyi Mihaly, *Fluir (Flow) Una Psicología de la Felicidad*. (Universidad de Chicago). Editorial Kairós. Barcelona, España, 1997, página 16)

Dice que su libro “Flujo”, “va a examinar el proceso de conseguir felicidad gracias al control de nuestra vida interna” (idem, pag 18). El estado de trance es un estado de flujo, en el mismo sentido que lo describe el Dr. Csikszentmihalyi, lo que a su vez genera flujo al interior de la persona y en particular frente al tema que se está tratando en la terapia, produciéndose una movilización de los contenidos y una liberación de la conciencia en relación a éstos, lo cual propicia la mejoría y el establecimiento del bienestar.

También me parece muy valioso lo que define como “el estado óptimo de experiencia interna: es cuando hay orden en la conciencia Esto sucede cuando la energía psíquica (o atención) se utiliza para obtener metas realistas y cuando las habilidades encajan con las oportunidades para actuar. La búsqueda de un objetivo trae orden a la conciencia porque una persona debe concentrar su

atención en la tareas que está llevando a cabo y olvidarse momentáneamente de todo lo demás” (idem, pag 18).

En el estado de trance, al entregarle al paciente los contenidos que previamente se conversaron, resultándole coherente, lógico y útil el enfoque que se le ofrece, se produce un ordenamiento de éstos, al mismo tiempo que el propio paciente los va relacionando con otros contenidos de su vida, con recuerdos, episodios significativos, errores, sufrimientos, sin que en ello participe el terapeuta, lo que me parece muy importante, porque son cámaras internas totalmente íntimas y privadas a las cuales no necesariamente accede el terapeuta, al menos sin que el paciente lo desee, de este modo la misma persona se hace terapia a sí mismo, lo que le da autonomía respecto al terapeuta. Al salir del trance y conversar acerca de la experiencia, refuerzo mucho este tipo de asociaciones, recuerdos y el amplio mundo al que accedió durante su trance, una experiencia íntima y personal. De allí puede contar o conversar acerca de lo que desea, el resto es enteramente suyo. Normalmente muestro que lo que me dice es muy poco en relación a la experiencia que tuvo, que no es necesario hablar de todo ello, aparte que no se puede, como ocurre con los sueños nocturnos, que al contarlos se puede relatar sólo una parte de ellos, otra gran parte no es transferible con palabras, lo que indica que es una experiencia que pertenece a partes más amplias del ser, las palabras suelen sentirse reductivas. En este sentido la visión que se tiene bajo trance es muy amplia e implica conceptos emocionales, impresiones personales, recuerdos significativos, en un contexto emocional de paz y armonía.

Al encontrarse el paciente solo consigo mismo, sin más testigo que él, pero acompañado por alguien que siente amigable, sostenedor y analizando el tema que le resulta doloroso, vergonzoso o incómodo, bajo una perspectiva constructiva y práctica, no tiene necesidad de mostrar ante nadie ninguna postura, no tiene que agrandar ni impresionar, está solo consigo mismo, tranquilo, en un estado de relajación física, entendiendo lo que ocurre consigo mismo bajo una nueva perspectiva, todo lo cual hace desaparecer cualquier necesidad de engaño, tanto para sí mismo como frente al terapeuta, lo cual elimina una importante fuente de presión. No son necesarias las máscaras, las intenciones, la tensión propia que conlleva todo contacto humano. Está solo al interior de sí mismo, en un estado cómodo, acompañado, pero no invadido. Es lo que Juan Ramón Jiménez describe en su hermoso libro “Platero y yo”, en relación a lo que Platero le entrega, “me das la compañía sin quitarme la soledad”. El estado de trance es un estado en el que se está solo y al mismo tiempo acompañado. Permite vivir una hermosa paradoja de la existencia humana.

Por medio del trance, el paciente accede a sus cámaras interiores en armonía, con total intimidad, protegido y resguardado, lo cual le permite expandirse, centrarse, sentirse cómodo y mirar como en una película que sólo él ve, su propia vida, sus contenidos, sus imágenes, sus recuerdos. Es un pequeño y gran viaje, desde y hacia el interior de sí mismo, “permanece centrado, no te disperses demasiado. Extiéndete desde tu centro y retorna a tu centro”. (Kornfield, J, *Un tesoro de*

sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 70).

Estilo de comunicación o tipo de lenguaje usado.

El tipo de lenguaje que el terapeuta usa durante el trance es muy importante porque debe ser tal que no genere defensa alguna, debe ser tan armonioso como el estado emocional en el que se encuentra. Por ello es que todo contenido que se trate debe necesariamente haber sido conversado y aceptado previamente por el paciente. El consentimiento es algo fundamental. Es el paciente el que incorpora los contenidos que se tratan al sentirlos armoniosos consigo mismo, con su naturaleza, y percibirlos como lo que necesita incorporar, comprender o poseer, para superar lo que se está tratando, ya sea un problema, una debilidad, un dolor. La fuerza de la motivación fija estos contenidos. No es el terapeuta el que mediante una orden o una imposición fuerza la incorporación de los mismos, es el paciente el que lo hace porque los percibe útiles, amigables, sabios, prácticos, en definitiva, lo que está necesitando.

Los conceptos de forzar o imponer están completamente fuera del sistema terapéutico que uso, por ende están fuera del estado de trance, “nuestras tristezas y heridas sólo se curan cuando las tratamos con amor, comprensión y conocimiento”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 32)

Inducción del trance.

Para inducir el trance uso el sistema de relajación de Schultz, esto es, parte por parte del cuerpo. No uso ninguna técnica hipnótica propiamente como tal. No propugno la pérdida de conciencia, sino al contrario, utilizo el concepto de “serenidad y alerta” para que el paciente participe activamente de la experiencia.

En dos oportunidades señalo el objetivo del trance, la primera vez explícitamente, repito lo que acordamos previamente y la segunda vez lo digo en términos generales para que el paciente le ponga sus propias palabras y señale él mismo lo que desea cambiar, mejorar o reestructurar.

El paciente no habla nada, está en silencio, estímulo el diálogo interno, no hago preguntas. Sólo hablo yo. Sólo hablo lo que acordamos, no sorprendo ni digo nada que no hayamos conversado previamente.

La inducción dura aproximadamente 15 minutos, la variación depende de lo que me extienda en la especificación de los objetivos del trance y el tema a tratar.

Siempre uso el mismo sistema, la familiaridad de la técnica ayuda a que el paciente pueda profundizar en su experiencia y no se distraiga en entender o en aprender nuevas técnicas, nuevos caminos o nuevos matices de la inducción misma.

Alternó momentos en que hablo del tema que estamos tratando con estimular la relajación misma y el estado de descanso, renovación y armonía, “el corazón es como un jardín. Puede crecer en él la compasión, o el miedo, el resentimiento o el amor. ¿Qué semillas plantarás allí? (Kornfield, J,

Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 12).

Para profundizar en el trance uso la técnica de bajar la escalera, uso sólo 10 peldaños, luego de los cuales aparece una puerta imaginaria que se abre y accede a un espacio diferente que llamo "la dimensión de la luz". La puerta me parece un elemento importante porque señala la diferencia entre un estado o lugar y otro diferente, el interior, el de la mente, el personal. Cuando estamos en ese nuevo lugar es cuando hablo de lo acordado. Me gusta el concepto de luz porque tiene una acepción general de algo bueno, benéfico, positivo, lo cual genera apertura y no defensa.

La gran mayoría de las veces, se baja la escalera porque alude a profundizar en el propio interior. Muy pocos pacientes me han pedido subir la escalera y cuando lo hacen, accedo a ello, con los mismos resultados.

No enfatizo la profundidad en el trance, no me parece un factor relevante, cada persona alcanza el nivel que puede o desea, de la misma forma que mantiene todo el control y alerta que le resulte cómodo.

Vuelta del trance.

Comúnmente ocurre que la persona sale del trance con una fuerte conexión interna consigo mismo y más aún, con una conexión con las partes más sanas, más elevadas y profundas de su ser, que es algo que se produce gracias al estado de trance mismo unido al enfoque de los temas tratados. Una gran mayoría de las veces, la persona vuelve más con un deseo de silencio que de participar su experiencia, con una sensación de que "todo está bien", "todo está dicho", con gran paz interior, a pesar que se han tocado directamente temas dolorosos como pueden ser la muerte de un ser querido, heridas inflingidas por otros, tiempo perdido por errores propios, etc. El estado de trance y el enfoque adecuado permiten un acercamiento poco doloroso o al menos con un dolor muy tolerable al tema, lo que posibilita pensarlo, sentirlo y modificar los significados que hasta entonces se le han dado. Así el paciente puede "tocar" su dolor sin herirse en la experiencia, porque por una parte tiene el estado de relajación que le da tranquilidad para observar su experiencia, y por otro tiene las herramientas que se le entregan mediante un enfoque adecuado y formas alternativas de respuesta. Enfatizo mucho en que éstas alternativas son personales, tienen que hacer una sintonía armónica con la naturaleza personal, no son impuestas desde el exterior, ni del terapeuta, ni de nadie. El terapeuta puede mostrar algunas, las que le parezcan adecuadas, pero siempre considerando que el paciente puede ver otras y de hecho, muchas veces, al paciente le surgen alternativas que ni él mismo había considerado y que la gran mayoría de las veces me resultan sorprendentes por lo creativas, novedosas, únicas, lo que indica que ha habido un contacto con la identidad de la persona, desde donde surgen estos contenidos que le son propios, junto a un enfoque que también es propio, todo lo cual incentiva la libertad personal, el desarrollo del sí mismo y sus aspectos peculiares.

Con frecuencia incentivo y promuevo una visión amigable hacia sí mismo, en cuanto a mirarse con los ojos amorosos con que mira a quienes ama, lo que no excluye los propios errores, pero tomados éstos con la culpa justa y necesaria para generar una detención dentro de sí mismo, para no continuar por ese camino doloroso, comenzar el cambio y la reparación, cuando corresponda, “si tu compasión no te incluye a ti mismo, es incompleta”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 29).

Al salir del trance, le pregunto a la persona como se siente, cómo estuvo su trance, qué ocurrió. Con frecuencia las palabras no traducen bien y más bien reducen la experiencia vivida, por lo que lo importante es lo general que ocurrió y en base a ello hago algunos comentarios. La persona suele sentirse en paz, aunque se hayan tratado temas dolorosos o difíciles. Algunos sienten la necesidad de hablar mucho en cuya situación y dado que el tiempo de sesión que resta es poco, aproximadamente diez minutos, le sugiero que continúe el diálogo consigo mismo, de modo que vayan accediendo a su conciencia estos contenidos. Otras veces las personas quedan en silencio, con la sensación que las cosas están en orden o pueden comenzar a cambiar, en particular ve como puede cambiar ella misma su enfoque de la situación, de tal manera de darse a sí misma mejores oportunidades de influencia y cambio.

La visión interior en estado de trance.

En estado de trance se produce una visión panorámica de sí mismo y de la situación que se está tratando, con una curiosa combinación entre lo particular y lo general, de tal manera que se aprecian detalles que antes pasaban desapercibidos para la conciencia, dándole matices diferentes a la perspectiva e interpretación que se tenía, muchas veces con importantes modificaciones que no sólo alivian, sino que permiten movilizaciones hacia alternativas que antes no se veían.

La visión general o “visión de helicóptero” permite dimensionar las situaciones que se perciben de una manera más proporcionada y armónica, con una particular combinación entre lo personal y lo impersonal, es decir, la persona se ve a sí misma inmersa en una especie de tablero de ajedrez en el cual aprecia su propio personaje, como lo haría un actor, lo que le permite “separarse” o tomar distancia de sí mismo, lo que proporciona alivio y resulta una experiencia interesante y al mismo tiempo percibe de manera muy íntima, en una visión completamente personal y sin ningún otro espectador, lo que da mucha libertad para poder mirarse en la intimidad, tal como lo hacemos ante el espejo del baño.

Parte de todo proceso terapéutico consiste en que el paciente reinterprete las situaciones que le han producido dolor o en las que se han generado problemas. Parte de esto se hace sin estado de trance, al conversar con el terapeuta, pero también ocurre que durante el trance, el paciente hace sus propias reinterpretaciones que suelen ser muy originales, incorporando otros elementos de su vida. Nunca deja de sorprenderme que al volver del trance y usando su propio lenguaje habla acerca de lo que estamos tratando, pero con otras palabras, otros matices, otras conclusiones,

que indican una ampliación de los conceptos tratados y un manejo más fluido de los mismos. Durante el estado de trance, la persona está ante sí misma, en completa libertad e intimidad, percibiendo sus propias alternativas, “en el conflicto hay otro camino. Imagínate que fueras Buda; ¿cómo lo resolverías? (PD. ¿Quién más podría ser Buda?)”. (Kornfield, J, *Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días*. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994, página 102.)

Resulta interesante la relación que el Dr. Csikszentmihalyi establece entre la interpretación adecuada de los hechos y la felicidad que se puede experimentar, nos dice: “Lo que “descubrí” es que la felicidad no es algo que sucede. No es el resultado de la buena suerte o del azar. No es algo que pueda comprarse con dinero o con poder. No parece depender de los acontecimientos externos, sino más bien de cómo los interpretamos. De hecho, la felicidad es una condición vital que cada persona debe preparar, cultivar y defender individualmente. Las personas que saben controlar su experiencia interna son capaces de determinar la calidad de sus vidas, eso es lo más cerca que podemos estar de ser felices” (Csikszentmihalyi Mihaly, *Fluir (Flow) Una Psicología de la Felicidad*. (Universidad de Chicago). Editorial Kairós. Barcelona, España, 1997, página 14).

Estableciendo orden en la conciencia.

Entre los procesos que se dan en una terapia está el que la persona hace un reordenamiento de sus experiencias, incluso esto muchas veces se refleja en un orden físico que se hace del escritorio o del closet, resultando una experiencia grata y entretenida, con dificultad incluso para entender porqué antes se lo percibía como algo tan tedioso o pesado.

En este nuevo orden, la persona vuelve también a interpretar los acontecimientos y con ello a darle un significado más constructivo y más útil a lo que ha vivido. Utilizo mucho un enfoque práctico para mirar las cosas, esto es, usando el peso de la realidad, observando consecuencias lógicas, mirando las cosas desde fuera de sí mismo o desde dentro, pero dejando fuera los excesos de culpas o descalificación. En esto de encontrar un justo equilibrio para mirar las cosas, el trance es una ayuda enorme, podría decir que se produce casi solo, la persona lo entiende con pocas palabras, éstas sólo tienen que transmitir conceptos y significados adecuados, es un sentimiento que se experimenta, una comprensión que nace, una visión que emerge desde el interior de manera natural, lo cual produce una clara sensación de liberación de ataduras, permitiendo nuevas movilizaciones desde el sí mismo. La psicología hindú nos habla de este proceso diciendo “en el radio de la acción del ser “realizado” (jivan-mukta), las potencialidades psíquicas que desde hace tiempo dormían, germinan, crecen, agotan su virulencia”, y continúa “el ámbito de un jivan-mukta es más bien un lugar de cura donde cada uno devuelve poco a poco sus taras y sus errores. Todo lo que se opone a la plena realización del amor y del conocimiento, sufre en él la combustión” (Godel R, *Ensayos sobre la experiencia liberadora*, Editorial Hachette. Buenos Aires, Argentina, 1955, pags 117 y 118, respectivamente).

Tal como lo veo y lo trabajo, **el estado de trance es un “estado óptimo de experiencia interna” y por ende es apto para efectuar cambios, reordenaciones, darle nuevos significados a la**

experiencia vivida, en definitiva es un estado óptimo para un trabajo terapéutico. Sin embargo, al mismo tiempo por la fragilidad y vulnerabilidad que conlleva, es fundamental utilizarlo con pericia, delicadeza, preocupación y eficiencia, habiendo creado previamente un clima y una relación armoniosa y positiva, tanto a nivel emocional como intelectual, es decir demostrando que se puede ayudar, entregando herramientas reales, aplicables, genuinas y en particular un enfoque del problema o la situación que presenta el paciente que a éste le resulte consistente con su propia naturaleza, con su estilo, un enfoque práctico que le permita manejarse en forma más eficiente con la situación que lo lleva a consultar. Habiendo consentimiento en cuanto al enfoque, se puede proceder a hablar lo mismo bajo trance. Nada debe molestar al paciente, ningún concepto ni forma de abordarlo. Cualquier discordancia bajo trance aparece muy evidente, como cuando el dentista nos deja la nueva tapadura un milímetro más alta de lo debido. Habiendo una buena relación con el terapeuta, el paciente puede “arreglar” un equívoco en que el terapeuta haya incurrido, sin entrar en conflicto con éste, porque es capaz de entender el error y él mismo lo arregla en su interior y lo comunica cuando vuelve. Muchas veces usando esta misma capacidad de control sobre los contenidos tratados, de manera independiente del terapeuta, le digo expresamente que sólo le mencionaré tal o cual concepto, sin explicar todo lo que significa, porque ya lo conversamos y que lo tome a su modo y lo integre con su experiencia.

El cambio terapéutico implica un cambio en el enfoque y la perspectiva con la que se miran las cosas, comenzando con la situación que se está tratando en la terapia. Ya antes, tiempo atrás, el gran pensador Ortega y Gasset nos habló de la importancia del enfoque con que miramos las cosas, “¿cuándo nos abriremos a la convicción de que el ser definitivo del mundo no es materia ni es alma, ni cosa alguna determinada, sino una perspectiva?, (José Ortega y Gasset, *Meditaciones del Quijote*, Alvarado Rivera, M, 2000 *Pensamientos de Grandes Filósofos*, Editorial Diana, México, 1990, página 213).

Cuándo comenzar a usar trance.

Normalmente comienzo a usar el trance en la segunda sesión de la terapia, en la primera conozco a la persona, su problema y le planteo la forma que pudiéramos enfocarlo. Teniendo acuerdo sobre esto, le defino los puntos acerca de los que trataremos en la próxima sesión que será con trance, si el paciente está de acuerdo en ello.

Como planteé anteriormente, siempre trabajo sobre la base de acuerdo y consentimiento, nunca fuerzo un tema, un enfoque o una idea. Para esto explico de manera descriptiva la forma en que veo el problema, posibles causas, motivos, consecuencias, costos. Uso un enfoque eminentemente práctico. Intento que en la primera sesión la persona se vaya con elementos nuevos que le permitan ver alternativas de solución, posibles caminos a seguir, nuevas herramientas que le permitan comprender lo que le ha pasado.

En la segunda sesión, cuando utilizo trance, suelo hacer un resumen de la historia de vida de la persona, el momento en el que apareció el problema que quiere solucionar o lo que la hace sufrir

y las distintas alternativas y formas de enfocarlo que vimos en la sesión anterior, incorporando los cambios o las situaciones que vivió durante la semana que transcurrió, de tal manera de integrar la situación en el presente con la movilidad que comenzó a generarse.

En la primera sesión de trance, que suele ser la segunda sesión dentro de la terapia, al hacer el resumen de la historia personal, inserto el tema concreto a tratar. De este modo, queda incorporado dentro de un contexto significativo en el que hay relación entre las partes, deja de ser un contenido o situación aislada y la persona puede comenzar a manejarla.

El lenguaje que uso es el cotidiano en el que hablo, con el que me dirijo a la persona normalmente. Evito toda palabra, estilo o enfoque que pueda generar defensas, rechazo o posibles discrepancias. Durante el trance se produce un estado de gran sensibilidad por lo que es fundamental la delicadeza en el trato de los contenidos. No uso frases impositivas, no digo cosas que no son, no uso conceptos categóricos.

Al ir hablando lo que conversamos previamente se genera en la persona un diálogo interno al que sólo el paciente accede, el terapeuta queda fuera, lo cual es una característica muy importante ya que la experiencia del trance es algo personal, el papel del terapeuta es dar la herramientas para que la persona acomode en su interior los contenidos implicados en sus dificultades o su dolor de manera íntima, personal, única y propia. Suelen producirse imágenes asociadas a los contenidos, las que no son inducidas por el terapeuta, emergen del interior del paciente a medida que el trance se desarrolla. También se producen recuerdos.

En ocasiones se producen dolores corporales, generalmente de tipo muscular, por ejemplo en los hombros o el cuello. También a veces se producen sensaciones específicas como opresión en el pecho, en la garganta, dolor de cabeza, o una distinta sensación en el lado derecho del lado izquierdo del cuerpo. En la conversación que tenemos al salir del trance vemos en qué momento y ante qué contenidos se produjeron las sensaciones físicas y sus posibles significados. Con gran frecuencia ya no están para la próxima sesión o han disminuido significativamente. Me han resultado de gran utilidad las interpretaciones que hacen los doctores Dethlefsen y Dahlke en su libro "La enfermedad como camino", acerca de el significado de los órganos del cuerpo, sus particulares funciones, así como también de las enfermedades y distintos síntomas físicos.

Duración del cambio terapéutico.

A través de las personas que vuelven a consultar, he podido ver que los cambios obtenidos en ellas como en personas conocidas o cercanas a ellas, perduran en el tiempo y se incorporan como parte del sí mismo y de la conducta cotidiana.

En la última sesión, que utilizo como sesión de cierre, explícito bajo trance que los cambios conseguidos le pertenecen, no son obra de consejos ni de fórmulas, ejercicios o el influjo de otra persona, se han conseguido por medio de un proceso de maduración interna, de reinterpretación de los hechos, de una nueva visión de los aspectos tratados en la terapia y por lo tanto nadie se los puede quitar, ni dependen de otra persona.

Algunas veces los pacientes, antes de finalizar la terapia, manifiestan temor de perder lo conseguido, lo cual interpreto como un índice positivo, porque significa en primer lugar que valoran lo que ahora tienen y cuando algo se valora, se lo cuida y también que ya saben lo que es estar bien, saben que lo pueden conseguir y si en algún momento tienen la impresión que están volviendo atrás o están perdiendo ese estado de bienestar, se lo puede tratar de la misma forma que cuidamos nuestra salud física, observamos el síntoma, buscamos su causa, intentamos superarlo y de no ser así, acudimos al médico. Si somos sensibles a nosotros mismos y cuidadosos con lo que consideramos valioso en nuestra vida, tenemos más probabilidades de mantenerlo y desarrollarlo, tal como ocurre con la salud física. Sabiendo qué nos hizo perderla o disminuirla y cómo la recuperamos, podemos repetir los procesos cuando algo nos la amenace. Por ello es que es tan importante comprender nuestros comportamientos, tendencias, temores y en particular aquellas conductas y situación que nos llevó a consultar. Eso no se olvida nunca más y el trabajo con trance ayuda a que se incorpore como parte del sí mismo de una manera fácil, dulce, armoniosa, grata y muy profunda. Con frecuencia le muestro a la personas que el cambio le ha resultado muy agradable, no es doloroso como a veces se piensa, tampoco implica sacrificios o dolores, si se cambia, es para mejor y ello no produce dolor en sí mismo. Tal vez puede haber dolor por el daño producido, el tiempo desperdiciado, el sufrimiento involucrado, pero eso es parte de la vida y cambiando se busca justamente no volver a tropezar con la misma piedra y ser mejores de lo que antes fuimos. El dolor por los errores puede usarse como una fuerza para no volver a lo mismo que nos lo produjo, al menos lo que está en nuestras manos o en nuestra zona de control. De ese modo el dolor se incorpora como un elemento que ayuda a mantener el cambio logrado. El dolor se transforma en algo positivo, en parte, es el precio que se ha pagado por lecciones de sabiduría, de madurez, de mayor eficiencia para vivir la vida y por lo mismo, no hay que desperdiciarlo ni olvidarlo, hay que utilizarlo como un elemento que nos impulsa hacia delante y a ser mejores, “cuando sea curada tu alma, quedarás libre de todos los males”. (Los Versos Dorados, recopilación de sentencias de los discípulos de Pitágoras, número 66, Alvarado Rivera, M, 2000 *Pensamientos de Grandes Filósofos*, Editorial Diana, México, 1990).

Conclusiones.

El trance está al servicio de la terapia, no es una herramienta en sí misma, hay que usarlo dentro de un contexto terapéutico, es decir, no es una herramienta todopoderosa que produce cambios por sí misma, sino que está al servicio del manejo terapéutico que se haga con ella.

El trance es inducido mediante un sencillo sistema de relajación, el paciente no pierde la conciencia ni el control de la situación, es decir estando relajado y tranquilo mantiene la conciencia en cuanto a saber en donde está, con quien y el tema del que se le está hablando.

No digo nada de lo que no acordamos previamente y que a la persona le pareció lógico, adecuado, útil y le hizo sentido con lo que quiere solucionar.

Me centro en el problema, no intento ir más allá de lo que le interesa a la persona.

Voy de lo general a lo particular. El punto de partida es lo obvio, el sentido común.

Trabajo con lo que se tiene, con lo que se cuenta, aunque sea confusión, sentimientos negativos, miedo, rabias, como por ejemplo, molestias con la pareja.

Establezco una alianza con la parte sana de la persona, con la que quiere el cambio y la mejoría, teniendo en cuenta que la otra parte también existe y hará su aparición, incluso durante la terapia.

Sigo el principio de la homeopatía, donde lo sano cura a lo enfermo, por ende fortalezco la salud y todo aquello que la persona tiene como aspectos fuertes, de tal manera que aprende de sí misma y de su propia trayectoria para luego aprender o incorporar aspectos externos, que como característica principal deben ser armoniosos con el sí mismo y con la propia naturaleza.

Para terminar, una hermosa poesía de un gran hombre, Miguel de Unamuno, que resume nuestro trabajo como psicólogos y terapeutas y que me entregó mi querida amiga Bernardita:

¡ADENTRO!

Busca tu ámbito interior
el de tu alma.

En vez de decir, pues,
¡adelante! o ¡arriba!,
di ¡adentro!

Reconcéntrate para irradiar;
Déjate llenar para que reboses
Luego,
Conservando el manantial.

Recógete en ti mismo
Para mejor
Darte a los demás.

Avanza en las honduras
De tu espíritu
Y descubrirás cada día
Nuevos horizontes,
Tierras vírgenes,
Ríos de inmaculada pureza,
Cielos antes nunca vistos,
Nuevas constelaciones.

Tienes que hacerte universo,
Buscándolo dentro de ti.

¡Adentro!

Miguel de Unamuno.

Referencias Bibliográficas:

- Alvarado Rivera, M, 2000 Pensamientos de Grandes Filósofos, Editorial Diana, México, 1990.
- Capafons, A. Hipnosis. Editorial Síntesis, S.A, Madrid, 2001
- Csikszentmihalyi Mihaly, Fluir (Flow) Una Psicología de la Felicidad. (Universidad de Chicago). Editorial Kairós. Barcelona, España, 1997.
- Dethlefsen T. y Dahlke R. La enfermedad como camino . Una interpretación distinta de la medicina. Plaza y Janés Editores, Colombia, 1993.
- Erickson, M. y Rossi, E. Hypnotherapy: an exploratoy casebook, Nueva York, Irvington, 1979.
- Fromm, E. y Khan, S. Self-hypnosis: The Chicago paradigm, Nueva York, Guilford, 1990.
- Gil Roales-Nieto, J. y Buela-Casal,. Hipnosis (Fuentes históricas, marco conceptual y aplicaciones en Psicología Clínica). Editorial Biblioteca Nueva, S.L G. Editores. Madrid, 2001.
- Godel R, Ensayos sobre la experiencia liberadora, Editorial Hachette, Prefacio de Mircea Eliade. Buenos Aires, Argentina, 1955.
- González-Ordí, H. La hipnosis: mitos y realidades. Ediciones Aljibe, Archidona, Málaga, 2001.
- Kornfield, J, Un tesoro de sabiduría oriental, Reflexiones para todos los días. Grupo Editorial Norma. Colombia, 1994.
- Lindemann, Dr. H. Entrenamiento autógeno. El mejor sistema de relajación. Plaza y Janés, Barcelona, 1992
- Martínez-Taboas, Alfonso, “La hipnosis como estrategia terapéutica”, Revista Latinoamericana de Psicología. Volumen 16, 1998.
- Yapko, M. Lo esencial de la hipnosis. Editorial Piados Ibérica SA, Barcelona, 1999.

Rendimento esportivo ou rendimento humano? o que busca a da Psicologia do esporte?

Katia Rubio

Universidade de São Paulo (Brasil)

Resumo

A Psicologia do Esporte tem se constituído um desafio para a Psicologia mesmo antes de se tornar uma especialidade. Enquanto área de conhecimento ela se encontrou, por muito tempo, na divisa entre a Psicologia e a Educação Física, entre os limites do rendimento humano e as atividades motoras básicas e lúdicas. O esporte midiático contribuiu em muito para uma

associação entre a Psicologia e o rendimento esportivo na medida que a produção do espetáculo esportivo demanda a utilização de várias especialidades na superação de adversários e recordes, finalidade do esporte competitivo e de pessoas distintamente habilidosas, o atleta de alto rendimento. Grande parte da produção da Psicologia do Esporte contemporânea tem contribuído para atendimento das necessidades do rendimento esportivo sem se preocupar no que isso implica para o rendimento humano. Este artigo busca questionar por que a Psicologia do Esporte tem caminhado nessa direção e que outro sentido é possível dar a essa produção acadêmica e prática profissional.

Palavras chave: Psicologia do Esporte; rendimento esportivo; movimento humano.

Introdução

Discutir o fenômeno esportivo na atualidade é refletir para além de marcas, recordes e rendimento. É, antes de tudo reconhecer o esporte como um conjunto complexo de elementos que envolve atleta, espectador, torcida e patrocinadores responsáveis diretos pela transformação do esporte em um dos principais negócios do planeta.

A Psicologia do Esporte, conforme tem se apresentado nas quatro últimas décadas, pode ser relacionada diretamente ao rendimento de atletas e equipes esportivas. Considerada uma especialidade da Psicologia em vários países das Américas e da Europa, ou uma sub-área das Ciências do Esporte, ela também tem sido definida como o estudo do comportamento humano no contexto do esporte ou como os fundamentos psicológicos, processos e conseqüências da regulação psicológica de atividades relacionadas com o esporte de uma ou várias pessoas atuando como sujeito da atividade.

Essas definições indicam em que direção o psicólogo do esporte pode atuar: na busca do rendimento máximo do atleta, independentemente dos meios para se chegar a esse fim, ou na busca do potencial máximo desse sujeito que além de atleta também exerce outros papéis sociais antes e depois de uma carreira esportiva profissional.

Diante da importância que o esporte vem adquirindo enquanto fenômeno social, a Psicologia do Esporte tem vivido nos últimos anos uma grande expansão como campo de intervenção e área de conhecimento, demandando esforços crescentes na formação acadêmica e na produção de conhecimento específico. O pragmatismo que caracterizou o surgimento e o desenvolvimento da Psicologia do Esporte tem influenciado ainda na atualidade a produção e intervenção em Psicologia do Esporte, com estudos e trabalhos enfocando, basicamente, a psicometria para a determinação de perfis psicológicos ou ainda tipos de intervenção cujo objetivo é maximizar e potencializar o rendimento, tendo a finalidade clara da busca da vitória. Atualmente esse quadro vem sofrendo transformações indicando a construção de uma Psicologia Social do Esporte em que rendimento esportivo e integridade de atleta não se confrontam, mas se completam.

A Psicologia do Esporte

O esporte contemporâneo é um fenômeno complexo que vem se desenvolvendo apoiado em várias áreas de conhecimento denominadas Ciências do Esporte, compostas por disciplinas como antropologia, filosofia, psicologia e sociologia do esporte, bem como a medicina, fisiologia e biomecânica do esporte, demonstrando uma tendência – e uma necessidade – à interdisciplinaridade. A Psicologia do Esporte, enquanto uma dessas sub-áreas, iniciou suas pesquisas há aproximadamente um século, estudando inicialmente aspectos próximos à fisiologia, os chamados condicionantes reflexos (Feliu, 1991). Ao longo dos anos outros temas como motivação, personalidade, agressão e violência, liderança, dinâmica de grupo, bem-estar psicológico, pensamentos e sentimentos de atletas e vários outros aspectos da prática esportiva e da atividade física foram sendo incorporados à lista de preocupações e necessidades de pesquisadores e profissionais. Na atualidade, diante do equilíbrio técnico alcançado por atletas e equipes de alto rendimento, os aspectos emocionais têm sido considerados como um importante diferencial nos momentos de grandes decisões (Buceta, 1998; González, 1997).

Caminhando par e passo com a Psicologia Geral, pode-se observar o desenvolvimento não de uma, mas de várias Psicologias do Esporte, distintas umas das outras por causa do referencial teórico que sustenta essa produção acadêmica e a diversidade do exercício dessa prática profissional (Rubio, 2001). Isso nos leva a necessidade de esclarecer que nem toda psicologia aplicada ao esporte é psicologia do esporte.

A Psicologia do Esporte tem como meio e fim o estudo e a intervenção junto ao ser humano envolvido com a prática de atividade física e esportiva competitiva e não competitiva. Esses estudos podem abarcar os processos de avaliação, as práticas de intervenção ou a análise do comportamento social que se apresenta na situação esportiva a partir da perspectiva de quem pratica ou assiste ao espetáculo (Feliu, 1997; García-Mas, 1997). A Psicologia no Esporte é a transposição da teoria e da técnica das várias especialidades e correntes da Psicologia para o contexto esportivo, seja no que se refere à aplicação de avaliações para a construção de perfis, seja no uso de técnicas de intervenção para a maximização do rendimento esportivo (Rubio, 2000; 2002).

Entre o rendimento esportivo e o rendimento humano

O esporte chamado de alto rendimento é um tipo de prática que pode se relacionar ao esporte espetáculo, protagonizado pelo atleta profissional, ou ainda, a um tipo de atividade esportiva que não é necessariamente remunerada, mas que exige do praticante dedicação e rendimento que superam uma prática de tempo livre ou amadora.

É nesse contexto que a Psicologia do Esporte tem se apresentado com maior publicidade, levando-a a ser confundida tão somente com essa perspectiva. Isso porque, em busca do rendimento máximo de um atleta individualmente ou de uma equipe esportiva são procuradas as

variáveis que podem interferir em sua performance, permitindo que a vitória seja alcançada, objetivo final de toda e qualquer equipe esportiva e comissão técnica.

Na busca desse objetivo estão implicados valores próprios da sociedade atual como o trabalho alienante onde o corpo é usado e manipulado pelo próprio atleta e pela comissão técnica para alcançar o rendimento máximo, em um curto espaço de tempo, atendendo aos interesses que gravitam no entorno do espetáculo como a venda de produtos ou a imagem do patrocinador. Na concretização desse intuito está implicada a realização integral do potencial físico e emocional do protagonista do espetáculo esportivo, tendo aqui o psicólogo um papel determinante, uma vez que o rendimento máximo pode estar associado às habilidades e características inerentes do atleta, ou em outra direção na busca desse maximizador em componentes externos como o apoio social ou o uso de substâncias proibidas.

Mas o praticante da atividade esportiva pode fazer outra opção, originalmente associada ao esporte, que é a superação do próprio limite. Ao conceito que pautava essa prática era dado o nome de areté equivalente ao latino virtus que representava hombridade, valor. No sentido cavalheiresco da palavra estava expresso o conjunto de qualidades que fazem do homem um herói, e a vitória seria a confirmação desse valor. A areté seria, portanto a afirmação da condição pessoal daquele que pratica e vence um desafio, sua realização é a luta contra tudo que tente impedi-la. Essa busca não representa um individualismo egoísta que cifra ideais de amor a si mesmo, senão na busca incessante pelo absoluto da beleza e do valor. Daí a atitude de agradecimento do atleta vencedor de provas atléticas a seus oponentes. Mais do que tê-los como inimigos, o atleta que praticava a areté via no adversário o parâmetro para a realização do seu próprio limite e não alguém a ser superado, vencido e humilhado. O outro era o referencial para a superação de si mesmo.

Ainda que esses valores tenham sido a referência para a reedição dos Jogos Olímpicos da Era Moderna e para a institucionalização do esporte contemporâneo, parte deles foi perdido ao longo do século XX ou substituído por apêndices incorporados às novas necessidades desse grande universo. Entretanto, a perda do referencial humano para as instituições esportivas de uma maneira geral não pode representar a tônica para a atuação do psicólogo nesse contexto.

Cagigal (1996) entendia que psicologia para o esporte significava a psicologia com todo o seu universo de estudos, experimentos e práticas, postos a serviço desse fenômeno pessoal e social que entendemos por esporte. A partir dessa perspectiva os estudos desenvolvidos buscariam enfocar o ser humano para que quando ele praticasse esporte, rendesse mais. Muitas foram as investigações produzidas nesse sentido que, aliás, andavam próximas de todos os sistemas psicológicos que tinham por objetivo melhorar rendimentos humanos. Nessa linha de raciocínio humanista Cagigal (1996) propunha a psicologia do esporte para o ser humano, cuja proposta era estudar o esporte como feito humano. Ou seja, mais do que se preocupar com rendimento esportivo atendia a uma melhora do ser humano por meio do esporte. E aqui o esporte seria um instrumento, um meio para o ser humano descobrir e desenvolver suas potencialidades e

habilidades. Na primeira concepção, onde o esporte aparece como um fim imediato, a responsabilidade do técnico e outros profissionais seria buscar e obter o maior rendimento.

Que finalidade teria então a preparação e o treinamento psicológicos?

Quando o lema é rendimento (tendo no esporte atual como sinônimo a vitória) os esforços são direcionados para a exploração máxima das capacidades individuais e coletivas, para a supressão dos pontos frágeis ou negativos e maximização daqueles considerados positivos e desejáveis.

Para tanto são estudadas condutas dos praticantes em suas modalidades específicas, buscando-se investigar as relações entre as situações antecedentes e a conduta resultante no âmbito dessa atividade (Balanguer, 1994; Llave, Pérez-Llantada, Buceta, 1999). E para conseguir essa finalidade a psicologia busca investigar, com a ajuda de procedimentos objetivos, o funcionamento do comportamento individual e social, a fim de superar o pensamento irracional, substituindo-o pela observação e a experimentação (González, Rodríguez, García, 2001).

Por outro lado, no entender de Feijó (1992) a preparação psicológica pode ir em uma outra direção. Afirma o autor que os objetivos do preparo psicológico devem coincidir com os objetivos pessoais do atleta. Isso porque existem os objetivos políticos e financeiros do clube que está investindo no atleta, os objetivos competitivos de garantir vitórias, do treinador e outras tantas preocupações dos vários profissionais que compõem a comissão técnica. Sugere o autor que o preparo psicológico do atleta que vive a situação esportiva competitiva deve estar voltado para o equacionamento entre os seus próprios interesses e os interesses do complexo esportivo com o qual ele precisa lidar. Muitas vezes esses interesses convergem para pontos em comum como o desejo de vitória e de aperfeiçoamento. Entretanto, certas metas são discordantes como o limite do desgaste do atleta, prêmios ou a relação treinamento/lazer. E nesse universo tão repleto de intenções o psicólogo acaba por desempenhar o papel de mediador da comunicação dos distintos desejos.

Considerações finais

Diante do que foi exposto seria possível afirmar que a Psicologia do Esporte segue hoje, muito proximamente, os passos, avanços e recuos tanto da Psicologia como do Esporte. Isso representa por um lado o compromisso com a construção rigorosa da teoria que fundamenta uma prática em desenvolvimento e por outro a instabilidade das instituições esportivas que dizem desejar o rigor da profissionalização, mas que ainda convivem com o amadorismo no gerenciamento dos clubes e grande parte das Federações e Confederações esportivas.

Isso tem dificultado o planejamento de atuação do psicólogo junto a atletas e equipes esportivas uma vez que o trabalho psicológico específico requer tempo e disponibilidade para sua realização, posto que toda intervenção em psicologia, em qualquer área de aplicação, é realizada a médio e longo prazos.

Outro grande ganho para a área tem sido o fortalecimento da Psicologia Social do Esporte em que os limites do diagnóstico e intervenção junto a atletas e equipes esportivas foram extrapolados

para agregar a esse universo os estudos sobre a influência dos pais na prática e desempenho dos filhos atletas, do comportamento das torcidas e do público diante do espetáculo esportivo, da violência relacionada com o esporte, o efeito da ação da mídia na produção do fenômeno esportivo contemporâneo, entre outros temas. É esse novo referencial que irá nos permitir olhar e avaliar o fenômeno esportivo, bem como seu protagonista, para além de um modelo norteado pelo rendimento e pela busca desmesurada da vitória.

Nessa perspectiva o rendimento esportivo passa pelo rendimento humano, pelo desenvolvimento das potencialidades individuais e coletivas daqueles que praticam o esporte como profissão e como atividade de tempo livre, não se restringindo a um lapso temporal dentro da vida do sujeito, que o leva a viver o final da carreira como uma morte.

Ou seja, para a Psicologia Social do Esporte o rendimento, o bom desempenho e a postura vitoriosa são valorizadas e buscadas não como valores destacados na vida do atleta, mas como elementos de um contexto maior que oferece o suporte necessário para que o papel social de atleta seja desempenhado em sua plenitude. Nessa perspectiva o atleta não é apenas mais uma peça de uma grande engrenagem chamada esporte, mas é o razão da existência desse fenômeno, e como tal merece o respeito e a consideração de gerenciadores e público. E assim, essa figura de projeção, alvo de identificação de um grande número de crianças e jovens passa a exercer plenamente sua condição de cidadão e a oferecer uma nova referência de identidade, não mais o ídolo passivo mas o herói atuante.

Bibliografia:

BALAGUER, I. Entrenamiento psicológico en el deporte. Valencia: Albatros, 1994.

BUCETA, J. M. Psicología del entrenamiento deportivo. Madrid: Dykinson, 1998.

CAGIGAL, J. M. Obras Selectas v.II. Madrid: Comité Olímpico Español/Consejo Superior de Deportes, 1996.

FEIJÓ, O. Corpo e movimento. Uma psicologia para o esporte. Rio de Janeiro: Shape, 1992.

FELIU, J. C. Historia de la psicología del deporte. In (J. Riera & J. Cruz, orgs) Psicología del deporte. Aplicaciones y perspectivas. Barcelona: Martinez Roca, 1991.

____. Psicología del deporte: Historia y propuestas de desarrollo. In (J. C. Feliu, ed.) Psicología del deporte. Madrid: Síntesis, 1997.

GARCÍA-MAS, A. Análisis psicológico del equipo deportivo. Las bases del entrenamiento psicológico. In (J. C. Feliu, ed.) Psicología del deporte. Madrid: Síntesis, 1997.

GONZÁLEZ, J. L. Psicología del deporte. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva, 1997.

GONZÁLEZ, J. L.; RODRÍGUEZ, C. G.; GARCÍA, G. M. Manual de prácticas de psicología deportiva. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva, 2001.

LLAVE, A. L.; PÉREZ-LLANTADA, M. C.; BUCETA, J. M. Investigaciones breves en psicología del deporte. Madrid: Dykinson, 1999.

RUBIO, K. O trajeto da Psicologia do Esporte e a formação de um campo profissional. In.: (K. Rubio, org.) Psicologia do Esporte: interfaces, pesquisa e intervenção. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2000.

____. De la Psicología general a la Psicología del Deporte: marcos teóricos, relaciones y dependências. Revista de Psicología del Deporte. Barcelona. vol. 10, n. 02, 2001.

____. Origens e evolução da Psicologia do Esporte no Brasil. Biblio 3W. Revista Bibliográfica de Geografia y Ciências Sociales. Vol. VII, n. 373, 2002.

Las creencias y el proceso salud-enfermedad

Teresa L. González Valdés

Escuela Latinoamericana de Medicina (Cuba)

Resumen

Se explica la conducta del hombre ante el proceso salud-enfermedad a partir de la personalidad, y de ella se deducen las actitudes y dentro de éstas, las creencias, por ser consideradas su puerta de entrada. Los distintos tipos de creencias están influidos por diferentes condiciones personales y sociales, destacándose las religiosas, como respuesta ante situaciones de crisis existenciales, las que pueden beneficiar o no el proceso salud-enfermedad de sus poseedores.

Palabras Clave: Personalidad, actitudes, creencias, religión y proceso salud-enfermedad.

Resumo

Explica-se a conduta do homem ante o processo saúde-doença a partir da personalidade, e dela se deduzem as atitudes, e dentro destas, as crenças, por serem consideradas a sua porta de entrada. Os distintos tipos de crenças estão influenciados por diferentes condições pessoais e sociais, destacando-se as religiosas, como resposta ante situações de crises existenciais, as que podem ser benéficas ou não para o processo saúde-doença dos seus portadores.

Abstract

The man's behavior is explained in the health-disease process, starting from the personality and some beliefs are derived from it for being considered the via by which they start. The different kinds of beliefs are influenced by the different personal and social conditions, in which the religions ones are most remarkable as the responses to the situation of existential crisis, which can benefit or not the health-disease process of those who have it.

El hombre, desde que se le está prestando atención al destino del mundo, ha sido considerado como el principal depredador del ambiente, pero a esto se adiciona que, si revisamos las tasas de morbimortalidad publicados anualmente por la OMS, desde hace más de 25 años, se observa que los primeros lugares lo ocupan enfermedades en las que la propia conducta humana desempeña un importante rol en su aparición o evolución. Por tanto, todo hace indicar que el hombre se ha convertido además en un autodepredador, pasando a constituir un mayor interés para las ciencias médicas.

La conducta humana al ser una de las fuentes principales en la determinación de la pérdida del equilibrio en el proceso salud-enfermedad, adopta con ello dos vertientes dentro de ese continuo: la de riesgo de enfermar y la salutífera, por tal razón se erige en un contenido fundamental de estudio para la Psicología de la Salud, contenido lo suficientemente complejo como para impedir poder enfrentarlo como un todo. La complejidad referida radica en que la conducta es la manifestación de otros sistemas que se entrelazan e interpenetran, los cuales se encuentran jerarquizados por la personalidad, la que es la encargada de mediatizarlos con su trama de subsistemas estructurales y funcionales asentada sobre las características del SNC y SNA de cada sujeto; explicando por ende, la multiplicidad de reacciones, a veces diferente en una misma persona, en situaciones en apariencia idénticas.

¿Cómo abordar esta problemática?. Un intento puede ser el llegar a estudiar las actitudes, concepto en el que se concreta el carácter, una de las estructuras de la personalidad y cuya formación depende fundamentalmente del influjo social. El carácter establece el sello de distinción personal, “por tanto, en la experiencia empírica, conocer el carácter del individuo, es conocer las características esenciales de su manera de actuar en diferentes circunstancias, su línea de conducta, que permite excluir lo que es incompatible con ella” (Núñez de Villavicencio et al., 1987), y esto se puede conocer a través de la observación de las actitudes que el individuo asume ante las diferentes actividades en la que se involucra y sobre todo, en aquellas que responden a su máxima jerarquía motivacional, por ser la que regula y orienta su personalidad.

Las actitudes por su parte, aunque estructura monolítica, están conformadas por todos los procesos psicológicos entrelazados, por ello se considera al componente cognitivo, constituido por “las ideas o información que se tiene acerca del objeto de actitud, lo que se conoce del objeto de actitud. Es el aspecto perceptivo...”; al afectivo, referido a “los sentimientos y emociones que el objeto de actitud despierta en nosotros, lo que se siente acerca del objeto de actitud”, y por último al conductual que “indica el comportamiento del individuo respecto al objeto de actitud” (Casales, 1989). “Para conocer empíricamente una actitud es necesario conocer también las opiniones y creencias implicadas y es sólo a través de ellas como podemos conocer o inferir la existencia de la actitud...” (Rodríguez, 1974), por ello dentro de sus componentes, los cognitivos representan la puerta de entrada de esta disposición, y poseen además las siguientes características:

- Grado de diferenciación: las ideas y elementos se encuentran en determinado número o cantidad.

- Grado de integración: las ideas o elementos cognitivos presentan determinada organización, se integran en una estructura jerárquica.

- Determinada generalidad o especificidad: esto se refiere a que los elementos cognitivos pueden tener que ver con toda una clase de objetos o con solo un objeto o situación.

El aspecto afectivo surge en la medida que se evalúa al objeto, llegando a tener estas evaluaciones diferencia en cuanto a su volumen e intensidad, estableciendo el rechazo o la aceptación correspondiente. El componente conductual está constituido por las acciones y manifestaciones, así como las afirmaciones verbales relativas a determinadas conductas.

Aunque todos sus elementos se hallan contenidos dentro de un mismo contexto, no siempre las actitudes son consistentes y tal vez un ejemplo cotidiano, dentro de la salud, lo forme el caso de los médicos fumadores u obesos, como exponentes de la teoría de la disonancia cognitiva expuesta por Festinger en 1957. La conducta es, entre sus partes integrantes, la de mayor dificultad para encontrar su correlato, estableciendo un reto su predicción, pues su exhibición puede estar condicionada por diversas motivaciones, convirtiéndose en simuladoras o disimuladoras ante los objetos que se las elicitan, en atención a las consecuencias que puedan conllevarle, distinguiéndose ambas en que la primera la persona muestra conducta que no le son propias; mientras que cuando disimula deja de exteriorizar lo que realmente le caracteriza o siente, situaciones mucho más clara de diferenciar cuando se trata de enfermos, los que a veces simulan que su estado ha empeorado para mantenerse recibiendo un mejor trato por parte de sus familiares y disimulan síntomas, cuando desean abandonar un tratamiento.

Por las propiedades ya expuestas, las cogniciones centran nuestro interés, preferentemente en lo que respecta a las creencias, las que en su definición, no escapan a las contradicciones tan frecuentes que suceden dentro de las ciencias psicológicas, por lo cual podemos encontrar por una parte que son consideradas como “conocimientos *fundamentados y avalados* por la realidad” según Casales (1989), mientras que son definidas por Lazarus y Folkman (1986) como “la noción *preexistente* de la realidad”, que poseen un origen sociocultural y unidas a la afectividad, a través de las evaluaciones, determinan la realidad de “cómo son las cosas” en el entorno y modelan el entendimiento de su significado. Estos autores las enmarcan, junto a los compromisos, dentro de los factores personales que influyen en la evaluación de aquellas situaciones que vivencia el sujeto. Aunque hay que aceptar que hay creencias que reflejan con mayor objetividad la realidad, e incluso pueden sustentarse en evidencias científicas, existen otras, la mayoría, basadas en la subjetividad expresada en la interpretación de las circunstancias vividas.

Los criterios anteriormente sustentados, pueden explicarse a través de la Teoría del sí mismo de la experiencia cognitiva de Epstein (CEST) (Epstein, 1990, 1994; Epstein, Denes-Raj, y Pacini, 1995; Epstein, Lipson, Holstein, y Huh, 1992; Kirkpatrick y Epstein, 1992), quien establece dos modos de pensar: el racional y el experiencial, en donde el primero resulta intencional, analítico y desapasionado, y está basado en la lógica y la evidencia; mientras que el experiencial, en contraste, es evolutivamente más antiguo, intuitivo, emocional y holístico, no siendo su función el

encontrar la respuesta correcta sino más bien, organizar la información compleja, extraña o amenazante en una forma controlable y comprensible. Llama nuestra atención que ambos estilos de pensamiento coexisten perfectamente en una misma persona, predominando, según las circunstancias, uno con respecto al otro; y caracterizan la conducta del individuo en aspectos tan importantes como la salud incluso a pesar de su preparación científica, según reportaron Lidenman, Keskivaara y Roschier (2000) en un estudio realizado en Finlandia, al evaluar la validez de un instrumento creado por ellos con la finalidad de medir las creencias mágicas sobre los alimentos y la salud, en el que participaron sujetos de diferentes ocupaciones y nivel de preparación educacional, en el que estaban incluidos estudiantes universitarios de diferentes carreras, allí se ratificó la presencia de una tendencia del pensamiento experiencial en las mujeres, mientras que en los hombres se observó, cuando estos tendían a la inestabilidad emocional.

Esta clasificación del pensamiento experiencial, permite explicar la tendencia ancestral del hombre de vincular los hechos a él acaecidos y que le promueven miedo por resultarles desconocidos o amenazantes con explicaciones dirigidas a amortiguarlo, ya sea por deducir que si imita el efecto que desea producir lo consigue o que si actúa sobre un objeto material afectará de igual forma a la persona con quien este objeto hubiera estado previamente en contacto, leyes que según Frazer (1972) son características del pensamiento mágico, del que muy escasas personas se libran, y sirven de base a las supersticiones, las fobias y muchas de los rituales religiosos, pero que en otros momentos puede compararse con los mecanismos de defensa, al inducir a la persona al autocontrol, permitiéndole tener fe en un amuleto o en una palabra o frase repetida.

Ellis (1989) sin embargo, quien ha dedicado buena parte de su vida al estudio de las creencias, considera las racionales como acertadas, realistas, que aumentan la autoestima, y por tanto, ayudan a la supervivencia y a la felicidad humana, siendo más saludables emocionalmente; mientras que a las irracionales, para las cuales creó la Terapia Racional Emotiva-Conductual (TRE-C), con vista a contrarrestarlas, le atribuye cualidades experienciales, partiendo de que existe una tendencia natural en su formación, y un aprendizaje en su contenido el que ocurre durante la vida del sujeto, determinando muchos problemas emocionales, conductuales e interpersonales. Las creencias constituyen una de las fuentes del conocimiento, formado por la influencia del conjunto de nuestras relaciones interpersonales, y todas dentro de un determinado escenario socioeconómico y político; por tanto, su contenido es múltiple, y más rico y variado en la medida en que la propia vida del individuo lo sea. El grado de convicción de éstas radica en su origen, es decir, de dónde o de quién proviene la información y por tanto, del poder de persuasión o sugestibilidad de éste y de la sugestibilidad de aquel, además del reforzamiento positivo que a lo largo de su vida haya acumulado en su personalidad.

La influencia que ejercen las creencias sobre nuestra conducta se produce generalmente de forma inconsciente, y se hace presente, en muchas ocasiones, cuando se produce un cambio en ellas (Dilts, Hallbom y Smith, 1996), lo que explica que los obstáculos para ser identificadas por los

propios interesados, radiquen en mecanismos de defensa como la racionalización, proyección o la represión.

Es muy común que ante determinados acontecimientos el hombre busque la explicación, la causa de su aparición y todavía más, el por qué de su implicación (donde aparece el clásico: “¿por qué a mí?”), derivada del acúmulo de experiencias personales, tendencia humana esta que ha dado lugar a la teoría de la atribución planteada por Weiner (1980,1985), la que se acompaña además de la búsqueda acerca del significado de lo ocurrido; por lo tanto, todos siempre estamos dispuestos a expresar nuestras ideas acerca de las situaciones en las que estamos inmersos, aunque estas respuestas no puedan ser corroboradas científicamente.

La salud y la enfermedad, son momentos en la vida de las personas apreciados indistintamente en la medida en que se van sucediendo las diferentes edades y en la medida en que el sentido personal en cada una de las etapas de la vida va transformándose, al hacerlo las demandas personales en su interacción con el medio social, las que determinan modificaciones en los valores atribuidos a cada estado dentro del proceso bipolar y que se conjugan con la esperanza de vida que caracterice al país en donde se viva. Las creencias de cómo mantener la primera y evitar la segunda se van conformando bajo el influjo de las mismas fuentes que la de las restantes, entiéndase: la familia, la escuela y las demás agrupaciones sociales, además de la propia experiencia personal, pero en este caso particular, incluida la definición que tenga la Medicina en cada país, ya sea ésta predominantemente curativa o preventiva, o sea ésta socializada o no, al facilitarle o no la asistencia a sus servicios, amén del uso que al efecto se haga de los medios de difusión masiva para promover tales ideas.

El hombre es el ejemplar superior de la especie animal por poseer conciencia, la que aceptamos en su expresión psicológica, como el reflejo psíquico de más alta jerarquía que le “permite al sujeto percatarse de lo que ocurre en sí mismo (autoconciencia) y en su entorno, así como organizar su conducta para que ésta se adecue a lo que acontece, con el propósito fundamental de garantizar su adaptación creadora al medio, posibilitando la modificación de éste según sus necesidades y las de su colectivo social. Es por tanto, una función de síntesis de lo cognoscitivo, afectivo y conativo que permite su actividad armónica” (González, 2001); pero por esta misma cualidad, resulta el más complejo y contradictorio de los habitantes del mundo, pues aunque consciente actúa la más de las veces sin dar crédito a las orientaciones emanadas por las instituciones dedicadas a la Educación para la Salud, exponiendo su vida por creerse invulnerable (“no tiene porqué sucederme a mí”), y mientras no la siente amenazada (“de algo hay que morir” refieren muchos de los que se mantienen fumando hasta dos cajas de cigarrillos diarias), no modifican sus conductas de alto riesgo.

Cuando la persona vivencia encontrarse bajo una crisis existencial, como sería el creer amenazada su salud, y por tanto, sentirse insegura ante el futuro, es el momento en que se observan, sobre todo, cambios abruptos en sus actitudes, al concurrir en ellas preferentemente las creencias experienciales con respecto a las racionales, buscando con ello, encontrar el apoyo

psicológico y social que le son necesarios, ocurriendo otro tanto, cuando convive bajo presiones sociales, que desequilibran su capacidad de adaptación al medio y que le hacen entonces retomar antiguos hábitos o creencias ya olvidados, exagerar los existentes o comenzar a incursionar en ellos, por imitación o sugerencia casi siempre de otros, con los que se identifica.

Las creencias religiosas son las más recurrentes ante las situaciones de crisis (Ramírez, 1997) y por ello se observa desde las últimas décadas del pasado siglo XX, en las que se ha desatado el peligro de la globalización y de sus consecuencias, así como de todo un sinfín de descalabros en la paz y en las economías de los países, un incremento en el número de personas que se inician en las diversas religiones o que asisten a sus rituales, gran número de ellas, sin conocer mucho acerca de sus premisas ni de las diferencias entre éstas; manteniendo una conducta heterodoxa y circunstancial.

El locus de control externo descrito por Rotter en 1966, es el que domina, y dentro de éste, prevalece entonces el de la salud, impidiendo que la persona adopte una actitud de responsabilidad hacia su propia vida, a menos que dentro de las creencias religiosas, si éstas responden a un sistema en el que se contemplen medidas que beneficien el cuidado y mantenimiento de la salud como es el caso de los mormones, por dar un ejemplo, se vea obligado a ello, pero en aquellas en que no ocurre un estricto control o atención a estas cuestiones, pudiera resultar perjudicial para el equilibrio salud-enfermedad al depositar completamente la causa de los trastornos en un designio sobrenatural o místico.

Como conclusión podemos plantearnos que el sistema de creencias, formado en la personalidad a través de la propia existencia y como resultado de su interacción con el medio social, contribuye a materializar la conducta, y las religiosas, entre otras, parecen ocupar en los últimos tiempos un tanto pletórico de amenazas, un lugar preferente dentro de la vida de muchos, ejerciendo una influencia beneficiosa o perjudicial, según el caso, dentro del proceso salud-enfermedad; cuestión a tener en cuenta por todos aquellos que tienen como responsabilidad social el cuidado de la salud del pueblo, para apoyándose en ellas, ejercer de una manera más eficaz sus acciones preferentemente preventivas o curativas, éstas últimas cuando las primeras hayan fracasado.

Bibliografía

Casales, JC (1989) "Psicología Social. Contribución a su estudio". Ed. Ciencias Sociales, La Habana. (Cap. VIII).

Dilts, R, Hallbom, T y Smith, S (1996) "Las Creencias. Caminos hacia la salud y el bienestar", Ed. Urano. Argentina. (Cap. 1).

Ellis, A y Dryden, W (1989) "Práctica de terapia racional-emotiva". Ed. Desclée de Brouwer, Bilbao. (Cap. 1).

Epstein, S, Pacini, R, Denes-Raj, V y Heier, H (1996) "Individual differences in intuition-experiential and analytical-rational thinking styles". *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 390-405.

Epstein, S, Lipson, A, Holstein, C y Huh, E (1992) "Irrational reactions to negative outcomes: Evidence for two conceptual systems". *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 328-332.

Frazer, JG (1972) "La Rama Dorada". Ed. Ciencias Sociales. La Habana, (Cap. III). González, R (2001) "Psicología y Salud". Ed. Ciencias Médicas. Ciudad de la Habana, (Cap. 1).

Lazarus, R y Folkman, S (1986) "Estrés y Procesos Cognitivos". Ed. Martínez Roca, Madrid, (Cap. 3).

Lidenman, M, Keskivaara, P y Roshier, M (2000) "Assessment of Magical Beliefs about Food and Health". Journal of Health Psychology, 5, 195-209.

Núñez de Villavicencio, F, Jordán, A, Pradere, E, Ruíz, G, Gozá, J, Neyra, M, et al. (1987) "Psicología Médica". (T-I), Ed. Ciencia y Técnica, La Habana. (Cap. 10)

Ramírez, J (1997) "Religión, cultura y sociedad en Cuba". Papers, 52, 139-153.

Rodríguez, A (1974) "Las Actitudes". (T.3). Dpto. Psicología. MINED, La Habana.

¿Existe el destino? (Apuntes mu-psicológicos)

Manuel Calviño

Universidad de La Habana (Cuba)

Currículum: La Habana, 10 de Agosto 1951. Cubano.

Licenciado en Psicología por la Universidad de La Habana. Doctor en Ciencias Psicológicas por la Universidad Lomonosov de Moscú. Master en Marketing y Management por la Escuela Superior de Estudios de Marketing de Madrid.

Master en Comunicación por la Universidad de La Habana.

Profesor de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Miembro del Equipo docente y colaborador extranjero del Instituto Internacional de Psicología Social Analítica de Venecia. Comunicador Social.

Conductor y guionista de programas de Orientación en televisión y radio. Asesor del Programa de Comunicación Social de la ONU. Proyecto CUB 91 P-07. Asesor Consultor de Desarrollo del Potencial Humano de la División Cuba de Sol Meliá.

ex Vicepresidente de la Sociedad de Psicólogos de Cuba. Miembro del Comité de Dirección de la Asociación cubana de Comunicadores Sociales.

Autor de varios libros: "Trabajar en y con Grupos", "Psicología y Marketing", "Orientación Psicológica", "Psicología y Marxismo. Trama y subtramas"; selecciones de textos docentes: "Lecturas de Motivación y Procesos afectivos", "Análisis dinámico del comportamiento"; libros de colección de autores: "Investigaciones de la personalidad en Cuba", "Curso de formación de trabajadores sociales: Psicología".

Ha publicado decenas de trabajos en Revistas Científicas de diversos países. Algunos de sus trabajos circulan por ediciones online en internet. "Ser psicóloga hoy", "La Psicología ha muerto. Larga vida a la Psicología". Ha participado en múltiples Congresos Científicos dentro y fuera de Cuba. Ha sido conferencista invitado en Universidades latinoamericanas y europeas. Ha recibido la "Distinción por la Educación Cubana" del Ministerio de Educación Superior de Cuba, La Medalla "A la Excelencia por la Comunicación" del Consejo Superior de Comunicación de España.

Las propuestas temáticas, obviamente son alternativas.

Tema general a abordar en conferencias y mesas redondas: Psicología: Ciencia y Profesión; La Formación de Psicólogos en las Universidades; Retos de la Psicología Latinoamericana; La Psicología en Cuba: historia y retos hacia el futuro. La Psicología y la Sicología: de la profesión al oficio. La Psicología online: Comunicación Social y Psicología. Tema específico para conferencias especializadas: Psicólogos en Latinoamérica: La unidad plural. La Formación del psicólogo en y para América latina. Título objetivo y esquema temático. Taller (5 horas): "Encuadre de Comunicación

Social en la actuación comunitaria". "Formación complementar en Psicología: psicología para todos y para algunos". "Encuadres de trabajo en las acciones de Orientación Psicológica". "De Gurú a Facilitador: formando directivos empresariales".(se adjuntan las especificidades)

Contacto: calvino@infomed.sld.cu

Silvio Rodríguez Domínguez es el culpable. Estábamos allí, en el Teatro Fausto, en algo que nos dijeron sería la filmación de la película de Silvio. Esperábamos que Ripstein nos volviera a no explicar lo que teníamos que hacer. *"Solo los actores necesitan explicación, - nos dijo el talentoso director de cine mexicano - porque ellos no entienden nada"*. La nostalgia, invitada por unos tragos de añejo, convocó a las preguntas. ¿Por qué está cada uno de nosotros aquí?. No están todos los que son, pero todos los que están son. Entonces fue Azúa quien cambiando el tema dijo: *"Me equivoqué, me equivoqué totalmente. Menos mal que no me hizo caso. Yo le dije a este - refiriéndose al flaco, como cariñosamente muchos le dicen a Silvio - que fuera periodista, que él prometía como periodista, que si se empeñaba, ahí estaba su futuro"*. Mi escucha me reveló una queja, a la que yo, con mi manía de terapeuta del cotidiano, para aplacar lo que parecía un discurso culposo le di mi convicción. *"No te equivocaste. Le dijiste exactamente lo que le hubiéramos dicho todos. Ahí está tu futuro. Yo estoy convencido que dónde quiera que él se buscara a sí mismo, iba a llegar al mismo lugar. Fuera como fuera su destino era ser Silvio Rodríguez Domínguez"*. Silvio quedó en ese su silencio que todos sabemos distinguir del tímido y del de la molestia. Un silencio distinto al de la canción que le llega sin que él la llame, la que *se le entrega feliz cuando lo viola*, y entonces hay que conversar con ella al menos de labios para adentro. Su silencio era el de valorar, el de decidir, ¿conuerdo o no?: *"...yo no se lo que es el destino..., hombre de buen destino... vete al destino, al punto que será final "*.

"Ahora si me tumbaste, científico - me dijo el hombre canoso en uniforme verde olivo. Nadie diría que vive con un corazón trasplantado que él mismo se encargó de educar en sus sentimientos y convicciones de toda la vida. "¿Tú, un profesional, científico, me estas diciendo que el destino existe?". Sin tenerlo que pensar ni un segundo en ese momento, porque como Florentino Ariza "tenía la respuesta preparada desde hacía cincuenta y tres años, siete meses y once días con sus noches" (en realidad mi respuesta sólo tenía cuarenta y cinco años, cinco meses y doce días también con la mayoría de las noches), le respondía: *"Sí"*. La voz de Silvio, apuntando al techo del Teatro y más allá al cielo, me secundó con un rotundo - *"definitivamente yo creo que sí, que el destino existe"*.

"¡Seguimos con la filmación !", sonó la voz de la productora. Oportuna e inoportuna. Entonces Fabelo se fue a la tercera fila y en el rostro le vi dibujado un contrahecho duende con pies de pavo. Amaury no dijo palabra, seguramente porque *"para tanto duelo no le bastaría"*. Feliu, el menos joven, Vicente, se fue a violar su trato con Geidy, la psicóloga que tomó de rehén en su batalla contra el cigarro. Julito, a quien *el destino* le estaba jugando una mala pasada, se retiró

pensando en hacer una propuesta a la OPS sobre el tema. Frank ya se había ido porque de lo contrario sus *pedras vikingas* hubieran saltado en mi ayuda. Alipio estaba *sambando* muy cerca del puesto fijo que le habían asignado. No recuerdo si Roque dejó constancia gráfica del momento. Maria, la que se *parece al viento*, sentada junto a Violeta, acompañaba la retirada desde la distancia con alguna fantasía que no verbalizó. Wichy y el Che estaban en su inconfundible lugar de siempre.

Al menos formalmente, aquello "*quedó allí*" (¿..?). Pero desde entonces, y de esto hace ya bastante tiempo, a veces me voy a dormir imaginando que estoy hablando del asunto con Silvio, con Azúa, con Amaury, con Frank, con todos los amigos que *el destino*, con sus *causas* y sus *azares*, quiso juntar allí, en el Teatro Fausto, el día 22 de Enero de 1997 para hacer "*la película de Silvio*".

¿Existe el destino?. Me resulta difícil precisar cuantas veces me han hecho esta pregunta en los últimos once años, desde que *el destino* quiso que me convirtiera en una figura pública. A los comunicadores sociales científicos¹, esta pregunta nos asecha a veces como "*reto a la inteligencia*", otras como "*comprobación de la flexibilidad*", incluso como evaluación de nuestra "*actualidad cosmovisiva*". A mi me han formulado esta pregunta también "*buscando una esperanza*". Casi nunca me detengo a responderla. Prefiero devolverla a la manera de una indagación socrática.

Los más de treinta años vinculado directamente a las prácticas de comunicación me han dado múltiples evidencias de que casi siempre la persona que nos pregunta algo es porque tiene una respuesta. Le parece bien lo que decimos si coincide con lo que el piensa. Si no, entonces las cosas no van a marchar muy bien. Una vez caminando por una céntrica calle de la ciudad una persona me dijo: "*Me gusta muchísimo su programa. Ud. siempre dice lo mismo que pienso yo*". A lo que yo agregué: "*Muchas gracias. Aunque en realidad me agradaría saber que también le gustará mi programa cuando lo que yo diga no coincida con lo que usted piensa*". Otra vez, saliendo de los estudios de Mazón y San Miguel, donde se realizaba el programa "Contacto", una televidente, que minutos antes me había escuchado negar la existencia de una confirmación científica de la determinación de las peculiaridades personalógicas por la pertenencia a un signo zodiacal. Quizás ha llegado el momento de hacerlo más a mi manera.

Para no traicionar mi tradición y formación científica comienzo con una cita significativa. Los científicos, aunque muy pocos lo dicen y menos aún lo aceptan, somos pensadores *mágico-fenomenistas* que disfrazamos nuestras creencias con la objetividad. Creemos, o al menos hacemos creer, que citar a un tipo que camina y duerme como los demás, que se ha hecho famoso dedicando buena parte de su vida a una cosa tan habitual y natural como pensar, es una razón suficiente para que se nos haga caso. En realidad es algo que aprendimos de niño en alguna discusión traumática por el poder del barrio: "*¡ Eso es así que me lo dijo mi papá !*".

Insisto con mi cita: "*Hay mitos, hay dogmas de teología, hay metafísica y muchas otras maneras de elaborar una cosmovisión... Una conveniente interacción entre la ciencia y esas cosmovisiones*

“no científicas”... no es solo posible, sino necesaria, tanto para el progreso de la ciencia como para el desarrollo de nuestra cultura como un todo”. (Feyerabend P. 1982.p.447). Claro que junto a ésta, que de entrada me daría una razón contundente para pensar en alta voz sobre el destino, podría poner otra que duda del origen ideológico de las elaboraciones teóricas sobre el tema: “Adoptar una actitud escéptica es sin duda lo más correcto cuando una doctrina acerca... del hombre aflora en una sociedad que glorifica el espíritu de competencia, en una civilización que se ha distinguido por la brutalidad...Es justo preguntarse en qué medida el interés suscitado...debe atribuirse a la observación de los hechos y al ejercicio del pensamiento...” (Chomsky N. 1971.p. 153). ¿Creer o no creer?, esta sigue siendo la cuestión.

Ser un psicólogo de la vida cotidiana me da, y si no me las da me las tomo, ciertas licencias para usar la *metáfora* y la *metonimia* en calidad de instrumentos científicos. ¿Qué pasa si en lugar de decir *destino* digo *misión*?. El asunto ahora puede resultar más digerible. Estoy diciendo que el ser humano, sea Silvio o cualquiera de nosotros, o mejor aún, todos nosotros tenemos una misión. Cito a Larousse: *“Misión...Acción de enviar. Poder que se da a un enviado para que haga alguna cosa”*. El destino es una misión, y la misión es un mandato. Ahora llamo la atención sobre la diferencia del mandato entendido como *orden*, y de este el amigo Azúa seguramente no tiene la más mínima duda, y el mandato como *destino*. La orden es consciente y voluntariamente definida, aceptada y realizada. El gran misterio del destino está en que teniendo el atributo de lo cognoscible, lo susceptible de hacerse, una buena parte de su existencia no pasa por el darnos cuenta, no se define en nuestras elaboraciones conscientes. Esto último valida la idea de que *nadie sabe que cosa es el... destino, y esto puede ser pasto de la censura. Nadie sabe que cosa es el... destino, y eso puede ser pasto de la aventura.*

Al destino le temen algunos científicos por parecer un concepto indeterminista y por ende imposible de atrapar. Otros le temen por peligroso. Sin embargo, ni científicos ni alquimistas, ni clérigos ni laicos, ni puritanos ni escépticos, dejan de hablar el lenguaje del destino. En la ciencia él tiene muchos espacios de existencia. Una de las formas en la que el quehacer científico, el mundo de los datos, habla de destino, de mandato, se refugia en la noción de *determinismo*.

El sentido del determinismo es abarcador y recoge no solo la experiencia metafísica o dialéctica del pensamiento, sino también la pluralidad de hechos concretos que llamamos la existencia humana. Desde aquí es posible pensar la existencia del destino. El determinismo, por cierto, parece que no es una buena compañía. Determinista fue Darwin, y en su tiempo no le sirvió de mucho. Determinista fue Freud, y fue tan repudiado y criticado como adorado. Determinista fue Marx, y luego determinaron que sus determinaciones fueran las determinantes, con lo que lo *desmarxizaron*. Siempre que hay determinismo hay incomprensión, pero cuando no lo hay la incomprensión es todavía mayor. Claro que el problema nunca fue el determinismo. El problema fue siempre el prejuicio, la incomprensión, el dogmatismo.

El determinismo, a pesar de todos los pesares, no es más que *“una doctrina filosófica según la cual todos los acontecimientos del universo, y en particular las acciones humanas, están ligados*

de manera tal que siendo las cosas lo que son en un momento cualquiera del tiempo, no haya para cada uno de los momentos anteriores o posteriores, más que un estado y solo uno que sea compatible con el primero” (Lalande A. 1953.p.298). Obsérvese que se habla de estados anteriores y posteriores. La precedencia y la consecuencia. Esto supone el reconocimiento de las relaciones causa-efecto. Todo lo que acontece tiene una causa, nada ocurre fuera del sistema de determinaciones múltiples en que existe. Siempre he pensado que la diferencia fundamental entre *causalidad* y *casualidad* reside en el lugar de la “u”. Lo casual no está carente de causa. Las causas de algo no pocas veces son casuales.

En la aceptación de las relaciones causa-efecto se establece como forma de conocimiento y como necesidad de toda práctica humana *la predicción*, la posibilidad de establecer predicciones. No hay ciencia sin predicción. La ciencia es, en gran medida, el establecimiento y la corroboración de predicciones. La predicción es solo posible porque existe una probabilidad máxima de que algo suceda a partir del suceder de otra cosa. En este sentido es claro que la predicción es una cara del destino, la cara dibujada con los artefactos del pensamiento, por cierto que no solo del pensamiento científico, sino también del pensamiento natural y del pseudocientífico. Por eso afirmo con naturalidad que el destino pertenece como *noción* a la ciencia, como *prenoción*, al decir de Durkheim y Bacon, al pensamiento espontáneo y natural del ser humano, y como *artificio* a la pseudociencia. El es objeto del conocimiento, de la creencia, y del mercado de las ilusiones.

Otro asunto, sin embargo, es lo que nos pasa a los humanos con las predicciones. Ayer la pitonisa Casandra fue tildada de loca por el don de la predicción, hoy los médicos le ocultan a los pacientes terminales la luctuosa predicción, la cercanía de la inevitable muerte. Nos molesta no saber lo que va a pasar. Nos aburre saberlo. La incertidumbre genera miedos, ansiedades, neurosis. Las certezas generan sobreadaptaciones, crisis existenciales, excesos de confianza. Predecir, decir antes, anticipar, es algo que a los seres humanos nos causa, con una frecuencia que no nos permite culpar al azar, al menos resistencia, y la resistencia es siempre temor - *temor a la pérdida, temor al ataque*, diría Pichón-Rivière (1980). Quizás por eso es que decimos que nadie es profeta *en su tierra*, y deberíamos agregar que casi nadie lo es *en su tiempo*, en el mejor de los casos logra serlo un poco después. Cosa rara esta del no gusto por el saber anticipatorio. El gran sentido de la previsión es la prevención: si prevemos podemos prevenir, o al menos podemos llegar al mismo lugar de un mejor modo, y sin embargo casi siempre se opta por chocar, por curar, por el último momento.

Siendo que el destino goza de algo así como la *fascinación del horror*, instituida desde el doble vínculo contradictorio de los seres humanos con la predicción, su lado negativo se asocia a una cierta visión determinista vergonzante: *el fatalismo*.

Parece que para muchos la desinencia hace a los sinónimos. Quizás por eso es que hay quienes están convencidos de que la contradic-*ción* es oposi-*ción* y contraven-*ción* y por lo tanto supone san-*ción*, elimina-*ción*. Entonces sucede que, así como hay quienes viven en una *sinonimia existencial desinente* que identifica social-*ismo* con capital-*ismo*, hay también una tendencia a

equiparar determin-ismo con fatal-ismo en el modo de pensar el destino. Voltaire, en carta escrita el 24 de Agosto de 1750 a la Sra. Denis, dice quejumbrosamente: *"Mi destino me sigue por todas partes"*. Murphy, con su cinismo constructivo nos dice *"Si algo puede salir mal, saldrá mal"*. Me resisto a tal lectura del destino, a esa que reafirma la ineluctabilidad, la que nos cree seres indefensos y pasivos ante el devenir de los acontecimientos. No es ese el destino en el que creo, no es ese el destino que conozco.

En 1993 participé, aquí en la Habana, en un Congreso Internacional de Parapsicología. Cuando digo esto, muchas personas no me creen. - *"¿En Cuba?, - me dicen - ¿un Congreso de Parapsicología?"*. También es cierto que otros me miran semiestupefactos, y que la gran mayoría me devuelve una sana envidia: Lo real maravilloso no solo está en las calles de la ciudad. Lo real maravilloso puebla el pensamiento cubano, su idiosincrasia. Empiriocriticismo-mágico, es esta la formulación científica de la denominación carpentiana. Creer es algo muy cubano, creer con la multiplicidad propia de la identidad nacional, con la pragmática típica del accionar cotidiano del cubano, con nuestra afición pasional en la palabra y el hedonismo concreto en el cuerpo: *"Si no creyera...qué cosa fuera"*.

Vuelvo al Congreso. La Parapsicología *"no es mi fuerte"*, pero me pareció que podía ser interesante codearme con *energetólogos, hipnotizadores, clarividentes, iluminados, astrólogos, cartománticos, quirománticos, babalaos, curanderos*, etc. Fue precisamente una cartomántica chilena quien en su exposición dijo: *"El futuro es lo que sepamos hacer con lo que sabemos que podría suceder. Mi predicción no es para lamentarse por anticipado. Mi predicción es para prevenir, para que la persona pueda modificar el rumbo. Se trata de participar en la construcción de nuestro destino"*. A mi me recordó mucho a Sartre cuando decía que nosotros *somos lo que sepamos hacer con lo que la gente hace de nosotros*. Claro que es una nueva visión de la cartomancia. Es una nueva visión del destino. Es esencialmente una visión más humanista y realista del destino. Se trata de que el destino tiene una parte de construcción. El destino no se recibe, se labra. Solo se realiza construyéndolo. *"Andar - decía Martí - es el único modo de llegar"*. Y cómo saber si llegamos si no sabemos a donde queremos llegar. Repito con Montaigne que *no hay viento a favor para el que no tiene puerto de destino. ¿Cómo saber si el viento está a favor si no se sabe a dónde se quiere llegar?*. El destino es un lugar al que se quiere llegar y un modo de construir el camino de llegada. Es este el lado determinista activo del destino, su rostro iluminado por la decisión, la convicción, la voluntad.

Interesante que cuando se habla de voluntad, de convicción, de decisión se piensa en lo fundamental en *lo que alguien quiere lograr*, y se queda, como en punto ciego, *lo que alguien no quiere aceptar*, a pesar de que esto último usualmente requiere más decisión, más convicción, más esfuerzo volitivo. Un *"no me impondrán"* define una estructura determinista, y por ende formadora de destino, impresionantemente fuerte. Cuando la voluntad de un niño contradice la posición de poder (de los padres, de los maestros, etc.) se le evalúa de *"cabeza dura"*, cuando la afirma, entonces es *"voluntarioso y bueno"*. Lo mismo ocurre en el *mundo de los adultos*. La

realidad es otra: la resistencia es también voluntad, la negativa es también una decisión, la convicción siempre es más que una alternativa. *“Me quieren enterrar donde adivino - siempre quisieron ocultarme lejos -. Objeto de los fúnebres cortejos, ayer u hoy. Parece mi destino...Solavaya, aves de mal agüero. Mundo feroz, lo digo en juramento: enterrarme le va a roncar el cuero”*. Y más aún, el destino es también las consecuencias de las decisiones que no asumimos, de las no-decisiones: *“Nadie se salva del pie forzado: hay que crecer bailando con sinsabores”*.

Pero el camino y el lugar de llegada es originariamente diverso y difuso, y es sólo en su devenir que adquiere contornos más precisos. ¿Por qué se toma un camino y no otro?. Una vez más el determinismo, el de *las causas que van cercando y el azar que se va complicando*. La historia es aquí compleja, pero intentaré reducirla lo más posible.

Un primer accidente en la no linealidad que es la vida, esta contenido en la preexistencia, las determinaciones desde antes de la vida. Partiré de una sentencia lacaniana que no por considerar excesiva debemos dejar de prestarle atención. *“El deseo del hombre – dice Lacan, - encuentra su sentido en el deseo del otro, no tanto porque el otro detenta las llaves del objeto deseado, sino porque su primer objeto es ser reconocido por el otro”* (Lacan J. 1985.p.257). Desde el vientre materno, y desde antes, todos somos depositarios de expectativas – expectativas familiares, sociales, políticas. El acto de adjudicación de un nombre a nuestros hijos, por sólo tomar un ejemplo, es una de las primeras piedras en la construcción de un monumento: *“Te llamarás José Manuel, como tu abuelo, para que seas como él ”. “Te llamarás Manuel Ernesto, porque nacer un ocho de octubre debe ser algo más que una casualidad”*. La asunción de nuestro nombre con todas sus implicaciones es un proceso de inclusión y exclusión de determinaciones que en los primeros estadios de la vida actúan bordeando nuestra voluntad, aunque en cierto momento de la vida las asumimos cuando menos: con generosidad y agradecimiento - *“A mi madre y a mis Domínguez de la Loma, por la música”*, como un imperativo innegable de la existencia - *“Un hombre sabe cuando empieza a envejecer porque empieza a parecerse a su padre”*, o más teóricamente como sentencia de profundo carácter filosófico - *“Somos nosotros mismos quiénes hacemos nuestra historia, pero la hacemos, en primer lugar, con arreglo a premisas y condiciones muy concretas”* (Marx.C., Engels F. 1975.p.514). El destino es también un “encargo familiar”. Así lo reconoce Borges: *“Mi padre era anarquista individualista, lector de Spencer, profesor de psicología, poeta romántico que dejó algunos buenos sonetos, pero él quiso que se cumpliera en mí el destino de escritor (que no pudo cumplirse en él). Ya mayor habría yo de entender que desde niño se me había trazado el destino de las letras...”* (Peicovich E. 1980.p.71)

Lo que llamamos nuestra vida es primero la vida de otros, y en alguna medida no deja de serlo nunca, porque los objetos de nuestra vida, los contextos reales de nuestra vida son siempre exteriorizaciones, realizaciones de la vida de otros. No hay duda que para cada uno de nosotros *se va construyendo un destino en el deseo del otro*: nuestros padres, hermanos, maestros, amistades, y también nuestros congéneres, aunque no sepamos sus nombres ni los conozcamos.

El mundo humano que determina la vida humana no es solo mundo de seres humanos, sino también y sobre todo mundo de las creaciones humanas. El destino es también aquello que queda escrito como condiciones facilitadoras o entorpecedoras y que se dibuja como oportunidades y retos en las condiciones reales de nuestra vida, desde el nacimiento, desde antes, hasta después de la muerte. Lo que quede de nosotros es parte de la historia que escriban los que nos sucedan, una historia que será también escrita con arreglo a sus necesidades, a sus condiciones.

No quisiera dejar el tema de las *determinaciones extrapersonales subjetivas* que conforman nuestro destino sin intentar un poco más de justicia a ciertas valoraciones que han sido tratadas con una dureza comprensible. Me refiero al tema de las *predisposiciones biológicas*. Parto de una tesis central que mi acervo marxista siempre impuso como racionalidad a mi psicologismo pasional subjetivista: *la biología humana es también social*. De modo que la biología humana anda por el camino de las determinaciones condicionales, de los elementos instituyentes de nuestro destino.

En un extremo podemos ubicar las condiciones socioeconómicas de nuestra sociobiología: *“Por lo demás, lo que y cuanto le sea dable ver – dicen los clásicos, refiriéndose a un ser humano, - no depende solamente del estado real del mundo, sino también de su bolsa y de la actuación que en la vida le asigne la división del trabajo, situación que tal vez se le cierre demasiado, aunque tenga ojos y oídos muy acaparadores”* (Marx C., Engels F. 1982.p.326). De otro lado podemos ubicar las peculiaridades anatómicas físicas y funcionales. En el centro la amplia gama de sucesos facilitadores o entorpecedores. Creo que nadie duda que el compartir con Mozart un notorio oído tonal no hace a un recién nacido un genio precoz en la música. Del mismo modo un notorio oído tonal facilita las cosas, tanto o más que las entorpece el no tenerlo. *“No hay donde perderse. – me dijo una vez el Ángel Parra – Hay quien nace para músico, y aunque nunca en su vida se decida a serlo por algún lugar le saldrá. Pero el que no nace para músico a lo que más puede aspirar es a parecerlo”*. La biología forma parte del destino.

Si bien *la predicción*, como antes señalé, es un lado del destino que evidencia un vínculo muy especial y más probable con la racionalidad, con toda la vocación humanista de una buena parte del pensamiento humano, y en este sentido pudiera generar menos rechazo de los incrédulos, de los objetivos, y quien sabe si hasta de *los perseguidores de cualquier nacimiento*, el destino se asocia también a un rostro más oculto, más sujeto a la dinámica trascendente de las fuerzas esotéricas, a las predeterminaciones teleológicas de la existencia. Por eso tiene entre sus figuras arquetípicas a *la profecía*.

A pesar de ser dos caras de la misma moneda, los nombres del determinismo son distintos a los de la profecía. Los primeros son *Darwin, Freud, Marx*, ellos suenan claro a pesar de las vicisitudes de su vida y de su obra. Los otros suenan distinto y están envueltos en una nebulosa de misterio o divinidad, *que no es lo mismo pero es igual :Nostradamus, Jonás*. Desde tiempos que se pierden en el recuerdo la profecía se asocia a un don sobrenatural de ciertos individuos que traen al presente la ocurrencia del futuro. Es, como decía, la cara sobrenatural de la predicción. Solo que

la predicción se ejerce sobre el criterio de la factibilidad, de la posibilidad, mientras que la profecía se ha presentado acompañada de la certeza, del *“ya veras”*.

Una mirada algo más profunda sobre el tema nos deja ver que en realidad el asunto crítico no parece ser la profecía, sino el don sobrenatural. ¿Qué pasa con los dones sobrenaturales?. Primero incluso: ¿Qué son los dones?, ¿Qué son los dones sobrenaturales?. La pregunta puede ser una trampa para muchos que preferirían desde el inicio rechazar la suposición convertida en afirmación según la cual los dones existen. Porque el concepto de don se relaciona con lo innato, con lo que está presente en el momento del nacimiento y que además se le valora como *algo especial*. Pero si se relaciona con lo innato, entonces la profecía, la visión profética, no parece ser un don de nadie. ¿Se conoce, está registrado algún profeta menor de un año de edad?. Se dirá quizás como aquél payaso del Circo INIT que aseguraba a un amigo que su caballo sabía leer. Ante la duda del amigo, el payaso tomaba un periódico y lo mostraba al caballo quien comenzaba a mover la cabeza de un lado a otro *“mirando”* las hojas mostradas. *“Ya ves”* – decía el payaso, - *“mira como lee”*. A lo que el amigo le repostaba: *“pero que me diga al menos que es lo que dice la prensa para yo saber si es verdaderamente un caballo alfabetizado o si es que tu eres un mentiroso”*. Entonces el payaso indignado decía: *“Yo he dicho que sabe leer. No que sabe hablar”*.

Una vez más narro una experiencia personal. Vivía yo en el cuarto piso de la *“Zona E”* del gigantesco edificio central de la Universidad Estatal de Moscú, más conocida como *“La Lomonosov”* cuando conocí personalmente a un niño afgano de nueve años de edad. El pequeño vivía con su padre en la misma zona que yo, solo que en el piso nueve. Pero estaba enamorando de mi vecina. Una tártara de 28 años, un metro noventa y doscientas cuarenta libras. Podría parecer esto lo más sorprendente pero no lo es. ¿Qué hacía aquél niño en la Universidad?, ¿Acompañaba a su padre?. No. El pequeño estaba terminando sus estudios en la Facultad de Físico-Matemática. Un pequeño genio. Su madre era analfabeta. Su padre, creo que del área de las ciencias sociales, se dio cuenta un buen día de que con apenas dos años su hijo había aprendido a sumar y a restar, y por sí mismo dedujo que era y como se calculaba una multiplicación y una división. Habían estado ambos en los Estados Unidos de Norteamérica, pero el niño había pedido irse pues no soportaba que las mujeres asediaran a su padre para que les hiciera un hijo. A nosotros los adultos, aprender el idioma ruso nos costó años, y aún lo aprendimos mal. A los tres días de estar en Moscú, el pequeño superdotado hablaba perfectamente el idioma de los zares.

Podría parecer todo esto lo más sorprendente pero tampoco lo es. Un día me encontré al padre en un pasillo del albergue. Lo noté entre triste y preocupado y le pregunté qué le pasaba. *“Acabo de hablar por teléfono con mi hija de cinco años, - me dijo el progenitor del pequeño gran afgano - y estoy preocupado”*. *“¿Pasó algo?”* – pregunté verdaderamente interesado. *“No.- me contestó aquél -. Ya la niña hizo todos los exámenes de ingreso a la Universidad y obtuvo evaluaciones brillantes”*. La pequeña tenía entonces 6 años. Mis oídos no querían dar crédito a lo que escuchaba. Pero solo creyendo podía entender la preocupación del padre. De modo que le dije:

"No es para menos tu preocupación". Pero aquél, como ayudándome a entender la situación me aclaró: *"El asunto es que cuando le pregunté si ya tenía decidido que carrera escoger me respondió: Papá, ¿las mujeres antes de entrar en la Universidad no tienen que pensar en casarse?"*. Créalo o no lo crea. Es la pura verdad.

Dones especiales. Dones sobrenaturales. Si por *"natural"* estamos entendiendo lo típico, lo más común, lo que usualmente se da, entonces no hay duda de que existen los dones sobrenaturales, o para ser menos hiriente, dones excepcionales. Y la excepcionalidad no tiene porque preocuparnos, molestarnos, ni producirnos miedo. Definitivamente si pienso en esa familia afgana, que ya tenía otra nenita en cuna, si pienso una vez más en Mozart, y en muchos casos más, lo que no cabe duda es que lo que no hace sentido es la denominación de sobrenatural. Se trata de capacidades excepcionales, sí, pero también naturales. Sus portadores son tan naturales como cualquiera de los que pertenecemos a la tipicidad. Son dones. Para ellos reservamos la denominación de don. Y es mi esperanza que así como nos acostumbramos al don de la belleza, que tampoco tiene una explicación absolutamente precisa, veámos con naturalidad, que no significa sin asombro, los dones de las capacidades especiales. Estos son dones actuales, verificables en el comportamiento, dones en la acción misma, en la vida concreta y real de las personas.

Más aún, de estos dones tenemos algunas hipótesis funcionales, toda vez que ellos suponen comportamientos más o menos típicos, solo que en periodos de la vida, o de tiempo, atípicos. Claro que existen miles de graduados en la Facultad de Físico-matemática de la *"Lomonosov"*, pero con nueve años, posiblemente uno solo. En cualquier caso digo que lo que nos sorprende en un don usualmente es la facilidad relativa, la dimensión temporal (incluida la etarea), lo poco común, pero casi nunca la capacidad misma. Yo puedo saber que día de la semana caerá el 10 de Agosto de año 2009, pero me cuesta mucho trabajo, tengo que dedicarle tiempo. Lo que sorprendía de un niño autista que conocí, es que podía decirlo instantáneamente.

Volvamos ahora a la profecía. En primer lugar, la capacidad de profecía de ser un don, sería un don potencial. No hay mucho que aclarar en esto. Es un don potencial en tanto ella, la cosa profetizada, se realiza solo en el cumplimiento de la predicción. Por la particularidad temporal distante de su efecto confirmativo, el supuesto don de la profecía, es algo en lo que tendríamos inicialmente que creer. En ocasiones incluso hay que vivir creyendo en él, pues su verificación es ubicada en un más allá de la vida promedio de un ser humano. Y aquí entonces entra una realidad subjetiva que no soporta la verificación, que no resiste la mínima exigencia de la ciencia racional contemporánea. Obsérvese que digo racional y no racionalista. No es lo mismo, ni da igual.

En segundo lugar, la profecía es algo que se especifica como capacidad diferencial por su existencia misma. Pensemos en los intérpretes de sueños del mundo antiguo. Tomemos a Josué de referente. Freud escribió a fines de siglo antepasado *"La interpretación de los sueños"*. Tras él, muchos especialistas *"psi"* hemos dominado e incluso diversificado las técnicas de interpretación de los sueños. Pero ninguno, ni el mismo Freud puede equiparar su trabajo con los sueños, con lo

que se dice realizaba Josue. Precisamente porque la interpretación de los sueños de este último tenía un sentido profético, el contenido de los sueños era premonitorio, en ellos se decía lo que ocurriría. Freud, por el contrario dijo *“Si en tal caso surge la impresión de que una premonición onírica ha llegado a cumplirse, ello solo significa la reactivación de su recuerdo de aquella escena en la cual se había anhelado...”*.(Freud 1981.I: 754)

La profecía es premonición. Por tanto, su sentencia no es del tiempo en que ocurre, sino del futuro y por cierto de un futuro lejano. *“No te acuestes tan tarde que mañana te vas a quedar dormido y llegarás tarde a la Escuela”, “Si sigue siendo tan buen estudiante, cuando crezca va a ser un excelente científico”*. Estas no son sentencia de profecía, sino de la lógica común que más que vaticinar pretende favorecer condiciones hoy, para aumentar la probabilidad de que mañana ocurran ciertas cosas y no otras. Pero más aún, el contenido de la profecía no esta basado en la comprensión del hoy, sino en ese supuesto don, ahora sí, sobrenatural. Entonces, como decía antes, el rechazo a la profecía del destino no esta en la capacidad, en el don propiamente dicho, sino en su modo de ser planteado como carácter sobrenatural.

¿Y es que hay alguna profecía que pueda ser librada de esta sobrenaturalidad?. Los psicólogos utilizamos la denominación de profecía para llamar la atención sobre un hecho sin duda interesante pero distante del sentido anteriormente señalado del término. Nosotros llamamos la atención sobre un cierto circuito irracional que hace que la expectativa de ocurrencia de un fenómeno intra o interpersonal asociado a una imagen categorial del mismo, se convierte en un acicate para su realización. Bleichmar, en su interesante estudio sobre el narcisismo, lo fundamenta con la idea de la transposición categorial: *“la creencia o premisa que actúa como punto de partida organiza, moldea, transforma los datos de modo que pasen a ser miembros de su clase”* (Bleichmar 1983:97). De este modo lo que fue profesado encuentra a los datos como confirmatorios. Los padres dicen de su hijo más pequeño: “esta va a ser un desastre”. Cualquier elemental fracaso del niño será valorado como índice confirmatorio, incluso el éxito será devaluado para acercarlo al fracaso. Siendo entonces que se cumple la profecía.

Interesante. Aquí volvemos ahora desde la dialéctica subjetiva a la tesis de la construcción del destino. La profecía es una construcción prevalidada que solo espera la aparición de un dato coherente para sentenciar su realización. Los designios del destino son sobre todo actos de pensamiento, decisiones que avanzan en una dirección y que encuentran en el camino razones que la justifican, hasta tanto se pruebe lo contrario. Digamos que puede ser desde una suerte de construcción *“ab absurdo”* (el destino fatal) a una construcción narcicista (el destino mesiánico), pasando por los vericuetos de “la normalidad”: *“hombre de buen destino...hay luces puestas en el camino”*. Certeza tenía Stephen Crane cuando afirmó que *“el que puede cambiar sus pensamientos puede cambiar su destino”*. Quien no piensa en su porvenir, no lo tendrá.

Podríamos seguir hurgando en otros espacios reflexivos. Pero todos los caminos nos conducen a los mismos lugares. Todos significan que nada humano es sino obra de los seres humanos. Incluso su destino.

Ando de un lado para otro. No se que es lo que quiero escribir ahora. Pero se que tengo que escribir. O hablar. No puedo dejar de hacerlo. Quizás porque tengo que dar un fin a este pequeño "ensayo" (¿...?) sobre el destino. Pensaré entonces que la tarea esta terminada. Pero mañana me volveré a sentar delante de la máquina y escribiré algo relacionado con la psicología. De lo contrario me iré a la Facultad donde inevitablemente me espera un diálogo con mis estudiantes de psicología. O puede que me quede en la casa echando agua a las plantas, pero se que alguien pasará y llamándome "vale la pena" me hará una pregunta de psicología. Mi hijo Manuel Ernesto le dirá: *"Mi papá es el profesor Calviño, y es psicólogo"*.

Estoy atrapado y sin salida en una red que con placer me construí y me construyeron. Y todo empezó por no saber que quería estudiar en la Universidad cuando terminaba mi preuniversitario. Antes, cuando mi padre queriendo ser psiquiatra llenó la biblioteca de la casa de psicoanalistas (Freud, Horney, Kardiner y muchos otros). Incluso cuando alguna angustia mal manejada me hacía abrir y cerrar los ojos incesantemente con el fondo musical de Esther Borja, Barbarito Diez, Níco Menbiela, los Luisitos - Aguilé y Bravo -, Elvis Presley, Paul Anka, y tantos otros. En realidad no comenzó nunca en algo particular. Comenzó siempre en todo.

Un día tal vez me aburra de ser psicólogo, pero por suerte ya no tendré marcha atrás y me deleitaré con las determinaciones y compromisos que me obligan, los deseos y gustos que me instigan, las profecías que me he construido, el modo de pensar y las razones congoscitivas que se activan unas tras otras en mi cabeza, las depositaciones que tanta gente me hace, y seré desde y para siempre, por obra y gracia del destino, psicólogo.

Referencias Bibliográficas:

- Bleichmar H. (1983) El narcicismo. Estudio sobre la enunciación y la gramática inconsciente. Ediciones Nueva visión. Buenos Aires.
- Chomsky N. (1971) El Lenguaje y el Entendimiento. Barcelona. Biblioteca Breve Editorial Seix Barral S.A.
- Feyerabend P (1982) La ciencia en una sociedad libre. Siglo Veintiuno Editores. México.
- Freud S. (1981) Obras completas. 4ta.ed. Biblioteca Nueva. Madrid.
- Lacan J. (1985) Escritos 1. Siglo Veintiuno Editores. Argentina.
- Lalande A. (1953) Vocabulario técnico y crítico de la Filosofía. Editorial El Ateneo. Buenos Aires.
- Marx C., Engels F. (1975) Contribución a la crítica de la Economía Política. Editorial de Ciencias Sociales. La Habana.
- Marx C., Engels F. (1982) La Ideología Alemana. La Habana.Ed. Pueblo y Educación.
- Peicovich, Esteban. Borges, el palabrista. Madrid, Letra viva, 1980, p. 71.
- Pichón-Riviére. (1980) Del psicoanálisis a la Psicología Social. 2t. Nueva Visión. Buenos Aires.

Notas

1. Desde hace 13 años el autor hace un programa semanal de televisión, "Vale la pena" que goza de alta teleaudiencia y preferencia en su país. Se trata de un programa de orientación y análisis de la vida cotidiana y las relaciones entre las personas en sus escenarios de vida.