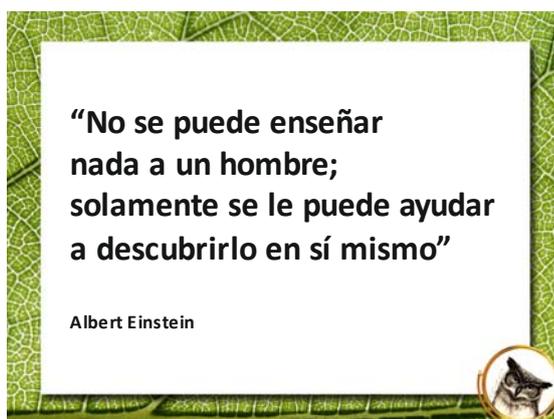


CONTAMINACIÓN o INTOXICACIÓN COGNITIVA

Este documento pretende recoger mis reflexiones sobre las dificultades que he venido encontrando desde que inicié la transmisión de los conocimientos adquiridos en las clases a las que asistí, en los libros y artículos que leí, en las Conferencias que escuché con la máxima atención, en mis consultas con clientes particulares, en los cursos que impartía a familias y docentes de todos los niveles educativos y, muy especialmente, en las conversaciones de asesoramiento y orientación a psicólogos de ambos sexos (todos pertenecientes al mismo género: el género humano).

Todas las actividades anteriormente descritas constituyen mi experiencia vital como “docente”, “profesor” o “enseñante”; como se prefiera denominar.

Y, de acuerdo a esta experiencia de más de 40 años (sí, cuarenta), desde 1983 hasta la actualidad (2024), habiendo conocido el cambio de siglo, puedo explicarme bastante bien la frase que se atribuye a Albert Einstein y conocí hace pocos años:



Para concretar el ámbito de aplicación de estas reflexiones, me voy a centrar en la enseñanza de partes de la Psicología, más concretamente, en las bases o fundamentos conceptuales, ideológicos, de la Ciencia de la Conducta.

De manera efectiva, puedo asegurar que proporcionar unos conocimientos, que por su propia naturaleza son abstractos, ya que no son observables, ni medibles, a las personas que los solicitan de buena fe (no todos los participantes en mis actividades de formación han acudido con buena fe; muchos asistieron para criticar negativamente lo que les podía exponer) ha resultado siempre difícil y, en algunos casos imposible.

Un ejemplo: Si tenemos una hoja de papel sobre la que nunca se ha escrito nada, resulta fácil y cómodo ir reflejando tus ideas en el mismo.

Sin embargo, para que quien lo lea pueda *entender, comprender y asimilar* sus contenidos se deben cumplir ciertos requisitos. A saber:

La persona que lee debe...

... tener buena comprensión lectora

... mantener una predisposición favorable a sus contenidos

... carecer de prejuicios que la lleven a rechazar, sin reflexión alguna, lo que lee

Ni que decir tiene que quien no cumple estos requisitos no aprenderá nada de lo que se le intenta transmitir.

Ahora bien: el peliagudo asunto del “papel disponible”.

Supongamos que el único papel disponible para escribir ya tiene un texto anterior. Se pueden dar dos casos:

1. El texto previo está realizado con tinta, de modo que nos vemos en la necesidad de escribir entre sus líneas.
2. El texto previo está escrito con lápiz y tenemos que borrarlo para escribir encima.

Ambos casos presentan, de acuerdo a esta metáfora, unas dificultades importantes, ya que la lectura se hace muy difícil en el primer caso y algo menos en el segundo.

¿Cómo transmitir de manera clara, concreta y sencilla, lo que he aprendido en los años que he dedicado a la formación de profesionales de la Psicología? (lo cual sigo haciendo actualmente).

Lo intentaré en las líneas que siguen, aprovechando el último caso que se me presentó hace dos años.

En noviembre de 2022, recibí una llamada de un joven psicólogo quien, visitando páginas de internet, había conocido la organización ALBOR-COHS y mi contacto como ex-Director Técnico (por jubilación administrativa) y actualmente Asesor Científico Técnico de la misma.

Me informó de que había terminado el Grado en Psicología y realizado un Máster. No obstante haber realizado estos estudios (los últimos en modalidad *a distancia*) no se sentía capaz de iniciar su actividad profesional atendiendo a personas con dificultades socio-emocionales (las que la Psiquiatría y sus cómplices necesarios denominan *trastornos mentales*).

Es decir, que carecía de la más mínima seguridad y confianza en sus posibilidades de ayuda a estas personas. Había estudiado con interés sincero y dedicación, especialmente el Máster que acababa de terminar.

Aseguraba que le gustaban los contenidos de esta formación y el profesor responsable de la misma.

No obstante, había accedido a algunos vídeos que yo había publicado en Youtube, revisado mi currículum y estaba muy interesado en *seguir alguna de mis formaciones*.

Evidentemente este es el caso de quien tiene su “papel escrito con tinta”. Esto es, que ya tiene organizada su cabeza con unos contenidos ideológicos y metodológicos. Por lo tanto me vi en la necesidad de conocerlos para planificar qué clase de formación podía ofrecerle.

Mi acceso a la página web de la entidad que organiza e imparte el máster al que había hecho mención, me resultó insuficiente para conocer la naturaleza de esa formación, de modo que se lo comuniqué y me envió las unidades didácticas que había recibido y estudiado.

Tras revisar someramente las unidades didácticas comprendí por qué no se sentía seguro y capaz de enfrentarse a la comprometida tarea de ayudar a personas con dificultades, repito, socio-emocionales.

Este máster, que, por su escasa duración ni siquiera cumplía con los requisitos del Plan Bolonia para poder denominarse así, era **un máster de naturaleza filosófica** cuyo director- autor, **mezclaba con elementos “neurocientíficos” de una manera totalmente desorganizada**.

Es decir, lo que las personas de Valencia, buenas conocedoras de la paella, denominan: **“arroz con cosas”**.

Más claro no se puede decir: mezclar planteamientos filosóficos, sobre emociones, sentimientos, ideas, valores,..., con elementos aportados por la Neurología, todos ellos absolutamente des-integrados y sin el menor sustento científico, con una bibliografía más propia de las secciones: Literatura, Poesía, Filosofía, que de la sección: Psicología, constituye el más claro ejemplo de un plato de “arroz con cosas” que pretende venderse (y se vende) como “paella”.

Suponiendo que he sido capaz de describir este fenómeno, ya puedo explicar lo que sucede cuando intento transmitir conocimientos de Psicología Aplicada (empírica, científica) a un/a Psicólogo/a recién titulado/a, que tiene organizada su cabeza con planteamientos conceptuales, ideológicos y metodológicos, totalmente opuestos a los que yo puedo ofrecerle.

Sin ninguna duda, cualquier plato de “arroz con cosas”, aunque no cumpla los requisitos para denominarse “paella”, puede cumplir la función de saciar el hambre, alimentar a quien lo consume. Y esto se traduce en una realidad indiscutible.

A saber: muchas personas que reciben asistencia psicológica de base filosófica (Humanismo, Gestalt, Psicoanálisis, PNL,...) aseguran que les ha ayudado a mejorar, a resolver crisis personales.

Agradecen a quienes les han atendido su asistencia profesional y los recomiendan a conocidos.

De modo que, lejos de mi intención desmerecer los platos de “arroz con cosas”, que, en el plano de la realidad yo he consumido muchas veces, pero que en el plano de mi ejercicio profesional nunca he consumido, desde que obtuve mi Licenciatura.

Yo me declaro un estudiante con suerte: tuve la ocasión de aprender Psicología, diferenciándola claramente de la Filosofía que estudié en mi Bachillerato y curso Preuniversitario. También pude aprovechar mi formación en ciencias (de ahí viene lo de “científico”) y elegir un camino de Psicología de base científica: la Psicología Conductual.

Ingresé pronto en la **Asociación Española de Terapia de Conducta, AETCO**, donde conocí y compartí experiencias con otros colegas y desarrollé mi actividad intelectual e instrumental tal y como se detalla en mi currículum (www.manuelgarciaperez.com).

Y desde hace años, al iniciar procesos de formación en Psicología Conductual, me encontré con personas, todas con un sincero interés en recibir esta formación, unas que constituirían un papel con *poco texto*, otras con un *texto a lápiz* y otras con *texto en tinta*.

Personas con poco texto eran quienes me aseguraban que habían terminado la carrera, pero que creían no haber aprendido nada que les resultara útil para trabajar (un ejemplo fue Carmen, posteriormente una excelente Psicóloga Educativa).

Personas con un texto a lápiz eran quienes accedían a mi formación pensando que sólo tenían que aprender más, pero que, poco a poco, descubrían que tenían que borrar algunas cosas y sustituirlas por otras (serían muchas decenas de ejemplos en Madrid, Bilbao, Sevilla, Burgos, Alicante, y otros lugares).

Personas con texto en tinta eran quienes no estaban dispuestas a modificar sus esquemas ideológicos, que se resistían a abandonar sus planteamientos de origen y que sólo querían utilizar métodos de la Psicología científica para emplearlos con sus planteamientos filosóficos (aquí tuve un caso paradigmático: Pilar estaba convencida de la *bondad* de la teoría Gestalt pero deseaba aprender técnicas de modificación de conducta, porque reconocía que eran las más eficaces... Unas semanas más tarde abandonó su intento, reconociendo que yo tenía razón al decirle que los métodos deben sustentarse en modelos teóricos. Es decir, que no se pueden hacer “tortillas sin huevos...”)

En conclusión, cuando un/a profesional está convencido/a de una ideología pero quiere aprender sobre instrumentos de evaluación, métodos y técnicas de intervención, sin modificar su ideología, yo considero que está “contaminado/a” o “intoxicado/a” y que lo pretende hacer es un plato que llama paella, pero que en realidad es “arroz con cosas” o una “tortilla sin huevos”.

Mi predicción (*eso hacemos los psicólogos: predecimos conductas y consecuencias de las mismas*) es que nunca trabajará con suficiente seguridad en sí mismo/a y, aunque pueda proporcionar cierta ayuda a algunas personas, no les aportará herramientas fundamentales para que puedan desarrollar una vida eficaz.

Esta afirmación la fundamento en dos clases de experiencias:

1. Las personas que reciben un tipo de asistencia profesional “arroz con cosas”, puede que superen una crisis puntual (cosa que no siempre sucede), pero seguirán vulnerables a sufrir nuevas crisis y requerir nueva asistencia.
2. Las personas que reciben un tipo de asistencia tipo “paella valenciana” puede que no superen una crisis puntual (acudirán a otro profesional), pero quienes la superen habrán adquirido suficientes recursos cognitivos (habilidades asertivas y de análisis de situaciones y toma de decisiones) e instrumentales (habilidades asertivas) que les servirán para prevenir o enfrentarse con éxito a futuras crisis.

Los primeros suelen ser clientes que suelen hacerse crónicos a lo largo de los años, del profesional que los atiende (con el citado éxito).

Los segundos suelen ser clientes que no vuelven a necesitar asistencia psicológica, pero recomiendan al profesional a otros, familiares, amistades, conocidos,...

Mayo de 2024