



JUAN SAN ANDRÉS

PSICÓLOGO Y EXPERTO EN CAPITAL HUMANO.

DAÑOS PSICOLÓGICOS COLATERALES

La crisis está afectándonos psicológicamente. Casi todo el mundo tiene esta experiencia directa. Los ánimos están bajos y los planes son menos ambiciosos. Entre quienes ya no tienen trabajo o casa, los problemas de ansiedad, depresión y dependencias se han multiplicado en los últimos tres años. Estos serían los daños psicológicos directos. Hay otros colaterales que no son de naturaleza clínica y, sin embargo, sí enormemente importantes. Tienen que ver con los aprendizajes, esquemas de actuación y motivaciones que, como colectividad, estamos adquiriendo y que quedarán en nuestras mentes tras estos tiempos difíciles. De ellos dependerá nuestro desenvolvimiento futuro como sociedad. Se trata del equipamiento psicológico del que nos estamos dotando. Esta es una de las causas fundamentales de las diferencias entre los países prósperos y los estancados.

Los daños psicológicos colaterales estarían originados por ciertos factores de riesgo presentes en la vida política y social y en la cultura de España. En mi opinión estarían extendiendo modelos de comportamiento, actitudes y patrones de tolerancia que disminuyen nuestras posibilidades de progreso. Gran parte de los ciudadanos de un país comparten ciertos esquemas acerca de sus potencialidades y una especie de «autoconcepto» nacional y, por tanto, una autoestima derivada de él. ¿Qué les está pasando a los nuestros? ¿Cuáles son esos factores de riesgo?

El primero, más coyuntural, sería la información circulante. El flujo de noticias y conversaciones negativas que escuchamos y la consideración que como país estamos recibiendo desde hace dos años están afectándonos. Parte de nuestro autoconcepto y autoestima como individuos está ligada a nuestro país. En la proporción que corresponda, nuestros egos están viéndose afectados y podemos afirmar que la autoestima nacional, la seguridad y la fe en nosotros mismos se han deteriorado palpablemente. Repararla exige mejorar la economía, claro, pero vendría bien trabajar directamente sobre ella resaltando aquellas cosas que puedan ser motivo de orgullo y trabajando en proyectos a largo plazo.

El segundo, también coyuntural, es la posible caída en una indefinida aprendizaje (M. Seligman, 1977). Estamos tomando medidas correctivas continuamente. La población parece asumirlas

con madurez. Sin embargo los resultados son siempre decepcionantes. Los «mercados» siempre responden que es insuficiente. Cuando repetidamente se hace todo lo posible para resolver una situación y no se logra nada, puede caerse en este estado que se caracteriza por la apatía, la disminución de actividad y el enlentecimiento de la capacidad de aprendizaje.

El tercero serían los comportamientos que imitar. Cada persona «exporta» sus comportamientos. Inexorablemente lo que hacemos será copiado por otros en mayor o menor medida (A. Bandura, 1977). Si, además, uno ocupa un lugar muy visible en la sociedad, los imitadores serán muchos más. Esto ocurre con los políticos y personajes mediáticos. Pero son las conductas de los políticos las que tienen un efecto más duradero y directo. ¿Merecen sus comportamientos ser un referente para otros? ¿Qué puede quedarse en la memoria de la población —sobre todo la joven— al ver a políticos que niegan su responsabilidad en asuntos que dependían directamente de ellos o cuando, en vez de dialogar, sólo son capaces de mantener monólogos sucesivos? ¿O cuando, simplemente, mienten? También hay ejemplos positivos pero son, casi siempre, menos visibles.

Paulatinamente estos patrones de actuación negativos van asumiéndose como normales, nos habituamos a ellos y terminan por dificultar la construcción de una vida social marcada por la confianza y la cooperación.

El cuarto es la cultura del subsidio. La extensión de los subsidios de todo tipo, sin exigencia de contraprestación alguna y usada como herramienta política, refuerza y consolida actitudes pasivas y desvincula a las personas del principio de esfuerzo-resultado. Instala esquemas de pensamiento paralizantes para la productividad y la salud social. Los jóvenes pueden aprender a buscar el cumplimiento de los criterios para ser subvencionados y no a desarrollar una vida profesional plena.

El quinto es el foco dominante en el tiempo presente que domina la cultura española. Actuamos pensando más en el hoy que en el mañana. Comparados con otros países, las políticas de construcción del futuro —como las de educación, investigación y desarrollo o

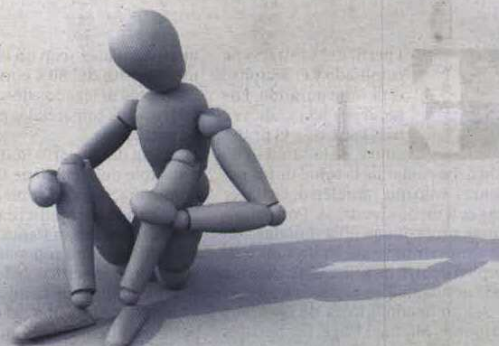
ayudas a la natalidad y la familia— son escasas o están pobremente articuladas. El bajo nivel de ahorro nacional es otro ejemplo de cómo vivimos para el presente: tendemos a gastar todo lo que ganamos, no proveemos para el futuro. Las empresas no son una excepción: su nivel de autofinanciación es de los más bajos de Europa. Ningún fruto que merezca la pena se puede conseguir súbitamente; hay que saber esperar para lograrlo. Trabajar para el futuro requiere saber demorar la gratificación. En España, a un joven le es más difícil aprender esto.

El sexto es la carencia de un relato histórico compartido. El hecho de que todos los españoles no compartamos una

visión similar de la historia nos priva de un recurso importante para enfrentarnos a las dificultades. Toda historia tiene luces y sombras, pero cuando se resaltan sólo los aspectos controvertidos, los que separan, es mucho más difícil colaborar y lograr la eficacia en la acción común. P. Zimbardo se pregunta en The Time Paradox si una persona con un pasado traumático ha de quedar necesariamente condicionada de por vida. Su respuesta es que de ningún modo: mucho más que lo que le ocurrió, lo que de verdad le va a determinar es la actitud que desarrolle hacia su pasado. Ir creando una actitud nueva e integradora sería una gran tarea para los líderes de nuestro país. Asumir una historia presentada como algo deslucido o vergonzante nos resta autoestima y sentido de pertenencia a un colectivo que merece la pena.

El séptimo es la ausencia de una «visión» —de un modelo— de país en el futuro. Está directamente relacionado con el quinto factor de riesgo y es una de sus más graves consecuencias. Salir de la crisis es el objetivo inmediato pero, mas allá de eso, ¿cuál sería el proyecto ilusionante que la mayoría podríamos compartir y que daría sentido a un viaje juntos hacia el futuro? En la dictadura el objetivo era claro: la democracia. En la crisis, recuperar la prosperidad. Pero esto es táctico, no estratégico. Para generar esa visión de España en el futuro, habrá que responder a cosas como: ¿en qué áreas de conocimiento queremos especializarnos y sobresalir? ¿en qué productos y servicios queremos ser los referentes mundiales? ¿cómo vamos a hacer que nuestras escuelas y universidades preparen a los jóvenes para esos planes? ¿qué modelo de sociedad queremos configurar para superar viejas diferencias anacrónicas?, etc. Cuando las personas tienen una visión clara de adónde quieren ir, logran dar significado a las cosas y orientar su esfuerzo. Víctor Frankl lo explica magistralmente en El hombre en busca de sentido. Precisamos líderes políticos que se den cuenta de que gobernar es mucho más que dictar leyes y fijar tipos de interés.

La conducta social de las personas se enriquece con buenos ejemplos que seguir, encuentra recursos de identidad en la historia, halla su dirección y su sentido en una visión de futuro y se hace eficaz al perseguir con su esfuerzo el logro de metas valiosas. Si nos sobreponemos al efecto de las malas noticias y tenemos en cuenta estos elementos de poderoso y duradero efecto psicológico, nuestras posibilidades como sociedad seguro que mejorarán.



«LA AUTOESTIMA NACIONAL, LA SEGURIDAD Y LA FE EN NOSOTROS MISMOS SE HAN DETERIORADO PALPABLEMENTE»