

Estresante felicidad

María Pilar Ciprés



NO hace demasiado, en la portada, apareció una noticia cuyo contenido exponía el estrés que padecen los docentes en su trabajo. No cabe duda que esta tensión permanente, provocada por situaciones agobiantes, constituye una amenaza para la salud de la sociedad posmoderna, y los enseñantes, como sumideros incapaces de tragar los numerosos problemas que confluyen en los centros educativos, conforman un colectivo muy vulnerable a la ansiedad. Y nada parece contradecir que uno de los retos del siglo XXI, a pesar del bienestar que proporciona el progreso, será combatir la depresión, una de las enfermedades que mayor discapacidad origina.

En un programa de divulgación científica, emitido por televisión, un erudito en educación transmitía al profesorado la imperiosa necesidad de revolucionar la metodología, cuyo principal objetivo debe ser conseguir la felicidad de los alumnos, no a consecuencia del esfuerzo reali-

zado y los logros obtenidos sino como fruto de una diversión ilusoria y una excesiva autocomplacencia. No me dejó indiferente una escena que reflejaba el pensamiento de un chico en un aula, quejoso de las clases aburridas y de tener que recordar datos como las capitales del mundo porque se podían buscar en Internet. A tenor de la convicción con la que argumentaba el entrevistado experto, me pregunto si mi generación docente, enseñando a escribir correctamente y a interpretar la realidad circundante, habrá sembrado la desgracia en la mente de los distintos adolescentes que han pasado por los institutos.

A Galileo lo condenaron por pretender demostrar una verdad científica que no agradaba al poder establecido, y no sorprendería que en un futuro próximo, se penalice a los individuos capacitados para explicar, sin utilizar un artificio informático, fenómenos observables, apoyándose exclusivamente en sus conocimientos aprendidos y memorizados. Queda lejos esa época en la que los dirigentes, aprovechando la ignorancia de los ciudadanos e inculcándoles el dolor como garantía para alcanzar el paraíso después de la muerte, lograban controlar las actitudes más disidentes, pero, a juzgar por los acontecimientos, se acercan tiempos en los que los mandatarios mantendrán su posición privilegiada, desprestigiando la cultura e induciendo a la

población una efímera dicha que adormecerá las conciencias.

Cuando estalló el conflicto libio, la naturaleza descargó su ira con Japón ocasionando miles de muertos y dañando gravemente la central de Fukushima. Un periódico de la Comunidad Aragonesa, además de informar ampliamente sobre ambos sucesos, resaltaba que en mil novecientos ochenta y seis, veinticinco años antes en fechas no muy distintas, sus ediciones mostraban titulares de eventos similares, la intervención de Estados Unidos en Libia y el accidente de Chernóbil. A pesar de la gran transformación que ha sufrido la sociedad en los últimos cinco lustros, los problemas fundamentales, como el de la energía, conservan su vigencia. Deberíamos considerar la advertencia que esconde esta curiosa coincidencia. No se puede

Los humanos buscamos la satisfacción. Sin embargo, la anhelada ventura es un escurridizo personaje que no se deja atrapar fácilmente

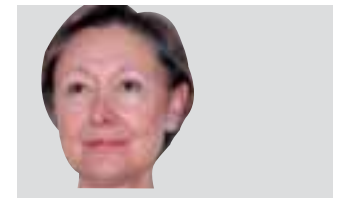
negar que nuestro planeta, con manifestaciones visibles, está clamando que abandonemos este estado de omnipotencia que nos impulsa a desearlo todo a cambio de nada, eludiendo que la Tierra, limitada en recursos y autoridad indiscutible, impone unas normas por cuyo incumplimiento nos sanciona con desastres impredecibles, no existiendo institución a la que reclamar para defender nuestros derechos.

Los humanos buscamos la satisfacción. Sin embargo, la anhelada ventura es un escurridizo personaje que no se deja atrapar fácilmente. Lo seguimos desesperadamente a todas partes, pero él siempre es más veloz y se esconde en sitios insospechados. Cuando nuestra exigencia lo acosa, se vuelve retorcido burlándose de nuestra arrogancia y nos engaña con fugaces ilusiones que nos desasosiegan, incitándonos a continuar la persecución hasta caer exhaustos. Solo si nos detenemos, si aceptamos las dos caras de la realidad como resultado de una sólida formación y sabemos cuándo renunciar, se muestra compasivo y nos acoge.

Reflexionemos acerca de lo que van a heredar nuestros sucesores y enseñemos a los adolescentes a interiorizar la auténtica felicidad, la que no depende esencialmente del exterior. Algún día lo agradecerán.

María Pilar Ciprés Domínguez es profesora de enseñanza secundaria

Victoria Lafora



YA ES CANDIDATO

ALFREDO Pérez Rubalcaba fue proclamado oficialmente candidato este sábado por la Comisión de Garantías Electorales del PSOE. Ya solo queda el acto formal, con palmas incluidas, de ratificación el nueve de julio, por el Comité Federal. Era evidente que los espontáneos, que saltaron al ruedo de la contienda para sustituir a Zapatero, no iban a conseguir los avales suficientes para competir en un proceso de primarias con el vicepresidente Rubalcaba.

De nuevo, y en los meses finales de su mandato, el presidente del Gobierno incumple otra de sus promesas, que su sustituto saliera de unas primarias. Es verdad que la situación económica del país no está para que uno de los dos partidos, alternativa de gobierno, se distraiga en procesos internos. Pero que duda cabe de que este sistema de elección del candidato sería mucho más democrático que la elección a dedo del sucesor.

Dada la situación de demoralización de la militancia

Rubalcaba tiene ahora ante sí el mayor reto de su larga carrera política

socialista tras la derrota apabullante del 22 de mayo y con las encuestas advirtiendo de un futuro poco prometedor, Alfredo Pérez Rubalcaba es el mejor candidato. El único que puede lograr una recuperación de ese voto perdido y que ahora contempla con preocupación la acumulación de poder en manos del Partido Popular.

Rubalcaba tiene ahora ante sí el mayor reto de su larga carrera política: convencer a la ciudadanía de que las duras medidas de recorte económico, emprendidas desde mayo de hace un año por el ejecutivo del que forma parte, eran imprescindibles para que España no siguiera la senda de Grecia o Portugal. No cabe negar la corresponsabilidad, ni lo va a hacer. Pero debería salir del Gobierno cuanto antes para dejar que José Luis Rodríguez Zapatero acabe, el solo, las reformas que se comprometió a llevar a cabo y por las que, según dice, no convoca elecciones anticipadas.

opinion@diariodenavarra.es

Saber comunicar salud

TE quiero", dicen, son las dos palabras que preferimos escuchar. Woody Allen discrepa y las cambia por "es benigno". En el ámbito de la ciencia médica hay otras dos que me parecen claves: "no sé". Pienso en ellas desde que vi responder así a un reputado científico en una entrevista de la televisión pública de EE UU. Hasta entonces no había apreciado a fondo que ser consciente de la ignorancia y reconocerla supone un gran conocimiento porque permite progresar. La autocomplacencia en lo mucho ya conseguido multiplica decepciones evitables, en lo médico y en lo personal. Hemos abordado estos temas y otros en el VI Congreso Nacional de Responsables de Comunicación de Colegios de Médicos: Nuevos retos para nuevos tiempos, celebrado en Pamplona.

No es políticamente correcto, pero quizá sí socialmente beneficioso, informar también de los fracasos en la investigación. Un efecto, nunca desdeñable y menos en tiempos de crisis, es el ahorro económico que supone saber qué no funciona. Un médico y alto directivo me contaba su perplejidad al contemplar cómo la prensa y los medios sociales suelen destacar más lo negativo de las relaciones personales (rupturas), corporativas (pleitos) y mundiales (guerras), mientras que ese criterio selectivo casi siempre lleva a resaltar lo exitoso de la medicina. Esta selección acrecienta el peligro de difuminar el contexto que permite conocer realidades complejas.

¿Por qué no revisar el concepto de éxito, tanto personal como social? No se trata de regodearse en el fracaso, sino ubicarlo en el lugar que le corresponde dentro de una realidad poliédrica y cambiante. Conocer esta verdad, lejos de desprestigiar a los profesio-

nales de la ciencia médica, aporta elementos de juicio para valorar con más justicia su trabajo que, en la inmensa mayoría de los casos, es honesto, oculto y constante a lo largo de muchos años.

Una sociedad que valora el esfuerzo y no sólo el éxito me parece más humana y su ciencia, probablemente, más auténtica. Cultura viene de cultivar y requiere tiempo. De alguna manera, podríamos decir que quien siembra a conciencia recoge a ciencia cierta.

Enrique Sueiro



Para la percepción social es determinante armonizar ilusión y cautela, datos y emociones, luces largas para ver más allá y retrovisor para recordar lo que ya pasó. Tal equilibrio es difícil si sólo conozco los éxitos o sólo los fracasos.

Saber reclama comunicar. Siguiendo a contracorriente, sugiero centrar esta actividad en la escucha más que en la acción. A modo de licencia cartesiana propongo: audio, ergo communi-co. Un líder tiene de comunicador lo que ejercite como escuchador. Aunque sin el bagaje cultural latino, prolifera en algunas empresas una nueva figura, el CLO (Chief Listener Officer), el directivo que escucha. Sí, sí, escuchador va camino de convertirse en profesión o, al menos, en especialidad.

He experimentado lo difícil que resulta conversar sin interrumpir. Lo intento de veras y siempre llega un momento en el que creo que lo que puedo decir es más importante que lo que necesito escuchar.

En esta línea James L. Hallenbeck analizó 74 cintas de conversaciones de médicos con sus pacientes: sólo al 23% se le permitió des-

cribir completamente sus preocupaciones. El promedio de tiempo que pudieron hablar antes de la primera interrupción apenas alcanza los 18 segundos. Otro trabajo mostró que la duración media de las conversaciones era de 16,5 minutos, de los cuales los enfermos utilizaron 8 segundos para formular preguntas. Además, los médicos creían haber empleado una media de 9 minutos ofreciendo información, cuando ese tiempo se limitó a 40 segundos.

Sin duda, todos conocemos magníficos ejemplos de todo lo contrario, como el Dr. Eduardo Ortiz de Landázuri. Entrevistado por Inés Artajo, declaraba en Diario de Navarra (13-XI-1983) que "en el borde de la cama nace el diálogo y la confianza, tan esencial para un buen diagnóstico". Decía y practicaba que a las tres de la madrugada se puede salvar una vida y a las nueve, quizá, sólo certificar una defunción. También hablaba de "dos lenguajes: el de la lógica y el del cariño. Y la lógica tiene unos límites. Por eso cuando se llega al límite de la lógica y no hay forma de ponerse de acuerdo, el único camino es el del cariño". ¿Es poco científico? No sé, pero sí sé que es muy humano y, la verdad, prefiero ser auténtico a ser perfecto.

Como conclusión provisional, adjetivo genuino de la ciencia médica, planteo un cambio de paradigma en dos direcciones: repensar la comunicación para que empiece por una escucha con apertura mental y progresar del querer saber al saber querer. Puede resultar efectiva la receta de Shakespeare: "Dad palabra al dolor porque el dolor que no habla gime en el corazón hasta que lo rompe".

Enrique Sueiro Villafranca es doctor en Comunicación Biomédica de la Universidad de Navarra y consultor de Comunicación Interna en organizaciones