

HABLAR y/o ESCUCHAR

No sé si cabe plantear qué es lo que deseamos ante esta dicotomía, por más que todos tengamos una inclinación, en ocasiones muy marcada, pues en este asunto entran en juego varios factores que resultan condicionantes: el afán de protagonismo, la timidez o la inseguridad, cierto temor a hablar en público (la glosfobia afecta a $\frac{3}{4}$ partes de la población) y, sin ánimo de ser exhaustivo, también podríamos incluir la petulancia, la vanidad, la soberbia, la humildad, etc.; todos son ingredientes con mayor o menor presencia.

Desde esa perspectiva, el carácter de cada cual tiene su peso y por tanto afecta de alguna manera, en la mayoría de las ocasiones sin que seamos conscientes. Qué duda cabe que -salvo la existencia de algún tipo de impedimento- participamos en las conversaciones e intercambiamos la función de hablar con la de escuchar, aunque con frecuencia predomina una de ellas.

Lo podemos comprobar a poco que prestemos atención en cualquier dialogo entre varias personas y no digamos en un debate o discusión; enseguida salen a relucir esas diferencias, unos porque son o pretenden ser protagonistas y otros por su pasividad; las razones que están detrás son también variadas, pero influidas por aquellos factores.

En estos escenarios también se dan curiosas circunstancias. Así, si se trata de una conversación en la que solo o mayoritariamente participan mujeres, es frecuente que hablen varias y al mismo tiempo sin llegar a interferir en la comprensión del tema o temas que traten. Algunos expertos lo atribuyen al funcionamiento de los hemisferios cerebrales que, en el caso de ellas, tienen el izquierdo mejor desarrollado que el de los hombres; es el que supuestamente domina todas las actividades humanas más complejas. No me consta que exista una evidencia científica que lo corrobore, pero lo que sí es innegable es su capacidad para no "perder el hilo", a pesar de los solapamientos o incluso interrupciones; es lo que se conoce como "fenómeno de la fiesta". Por cierto, como lo es su capacidad de llevar a cabo varias tareas de forma simultánea.

Subrayando más curiosidades, no será casualidad que aquellos que se empeñan en ser el centro de atención preferente de las conversaciones, tomando la palabra sin cederla a nadie, también se caracterizan por no escuchar lo que otros tengan que decir.

No se trata de poner en cuestión lo que cada cual prefiera, en todo caso señalar algunas de sus ventajas e inconvenientes, partiendo de la necesidad que tenemos todos de relacionarnos con los demás y para eso, cualquiera de las posiciones, incluso las más extremas, son capaces de satisfacernos o de defraudarnos; por supuesto, cabe la indiferencia, porque no todo lo que se escucha merece la pena.

En principio, quien habla más tiene mayores posibilidades de influir, sobre todo si el resto permanece callado. Lo habitual es que si alguien monopoliza el discurso admita mal las interrupciones y no digamos la contestación. Un caso paradigmático lo encontramos en las organizaciones políticas y empresariales; en unos casos porque se cuenta con la "auctoritas" y en otros porque posee la "potestas" o ambos atributos. Está claro que ahí caben pocas disquisiciones en torno a cualquier debate y si se producen intervenciones son para adherirse al mensaje dominante, aunque algunos silencios puedan ser más elocuentes que la palabra.

...no será casualidad que aquellos que se empeñan en ser el centro de atención preferente de las conversaciones, tomando la palabra sin cederla a nadie, también se caracterizan por no escuchar lo que otros tengan que decir.



Por lo demás, no es la moderación lo que suele adornar nuestras conversaciones, al contrario, lo peor y más frecuente es que los que quieren hablar, sin dejar margen a los demás, lo hagan sin un conocimiento suficiente del tema que se trate, en ocasiones, solo para dejar constancia de su presencia y supuesta superioridad; si para conseguir su objetivo además tienen que elevar la voz ... pues también. Ya lo decía Manuel Azaña (presidente de la II República): *"Si cada español hablara de lo que sabe y solo de lo que sabe se haría un gran silencio nacional y podríamos aprovechar para estudiar"*.

Qué duda cabe que los foros ejercen un papel importante. No es lo mismo, ni se reacciona de la misma manera ante personas conocidas que ante las que no lo son, por lo que decía al principio, el temor al ridículo es muy limitante. De todas formas, pocos son conscientes del compromiso que encierra la palabra y lo poco comprometedor que es el silencio; saber diferenciar las situaciones para actuar de forma equilibrada es un ejercicio que no siempre sabemos manejar y suele ser la causa de unos pocos malos entendidos. De todas formas, un método tan simple como eficaz es la prudencia.

No deja de ser una ironía que el ser humano emplee alrededor de dos años en aprender a hablar y el resto de su vida en saber escuchar. En este punto recuerdo lo que nos decía Alberto Cortez en uno de sus poemas:

***"Que suerte he tenido de nacer,
para callar cuando habla el que más sabe,
aprender a escuchar, ésa es la clave,
si se tiene intenciones de saber"***



Si hablando nos podemos entender con nuestros semejantes, escuchando -como dice el maestro- conseguimos aprender, aunque no todo lo que podamos captar sea aprovechable; nunca lo sabremos si no tenemos la voluntad de averiguarlo. Cuánta información se pierden en el limbo de la indiferencia por no prestar atención, por ejemplo, a nuestros mayores, esos que atesoran la experiencia que no llegaremos a adquirir -como mínimo- hasta que alcancemos su misma edad. Podemos asomarnos a lo que suele ocurrir en el ámbito familiar y no digamos en las aulas, a todos los niveles; es triste, pero hay que reconocerlo.

Una de las principales cualidades que encontraremos en el mundo de la Psicología -entre otros- es la capacidad de escucha "activa" de sus profesionales, para conocer la problemática de los pacientes y determinar los mejores remedios para superarla. Esa actitud, es la que ponemos o deberíamos poner en marcha cuando realmente nos interesa lo que estamos escuchando; mejora mucho si además somos capaces de ponernos en el lugar del que está hablando.

En cualquier tipo de reunión, no vamos a valorar del mismo modo nuestra intervención si observamos que no nos prestan atención, que si apreciamos interés por lo que podamos decir. En el primer caso, lo más probable es que nos abstengamos de continuar y en el segundo lo haremos con mayor agrado e incluso mejorando nuestros argumentos. Naturalmente, también enriquecemos el diálogo, si mostramos cercanía con los que mantienen el uso de la palabra; el lenguaje no verbal contribuye a reforzarla.

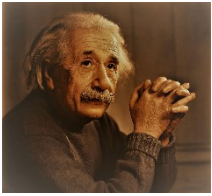
No se trata por tanto de elegir qué resulta más conveniente o qué deberíamos potenciar: hablar y/o escuchar. Ambas posiciones son tan perfectamente compatibles como necesarias y el dialogo será más provechoso, en la misma medida que seamos capaces de interactuar respetando cierto equilibrio que, por otro lado, guarda una estrecha relación con el respeto y la buena educación.

P. Fandos - Psicólogo

Febrero 2024



LA RELATIVIDAD



"Cuando te sientas con una hermosa chica durante dos horas, parece como si hubieran pasado dos minutos. Cuando te sientas en una estufa caliente durante dos minutos, parece como si hubieran pasado dos horas. ¡Eso es la relatividad!". (Albert Einstein)

Lamento decepcionar a quien leyendo el titular haya podido creer que me atrevería a tratar sobre uno de los mayores descubrimientos de la humanidad, obra de un genio al que no conseguiría emular, ni siquiera con una mínima e insignificante aproximación.

Esa metáfora que se le atribuye me sirve de inspiración, para analizar con un poco de rigor las diferencias que podemos encontrar en torno a las consideraciones que nos debería merecer lo que representa el tiempo.

En un artículo anterior me aproximaba a esta variable, clasificando las edades que atribuimos a los demás desde diferentes puntos de vista y así encontraba justificación para diferenciarlas, con algunos matices entre ellas. Así determinaba la edad cronológica, la mental, la social, la psicológica, la funcional e incluso la edad diferencial. No viene al caso ahora volver a reproducir los detalles que las identifica, porque creo que el lector puede intuirlos en su enunciado.

Hoy mi reflexión torno al tiempo, desde el que medimos un reloj o de un que se podría concretar subjetiva- en función de

Es una obviedad parte de nuestra vida dependencia de ese imperturbable, estricto viene representado por embargo, no es menos distintos sucesos que vivimos tienen una consideración diferente; son las emociones que nos despertaron en su momento.

No tiene el mismo impacto en nuestro estado de ánimo una situación que nos mueve a la tristeza que otra que nos genera una alegría, por el motivo que sea. En el primer caso y a menudo podemos tener la sensación de que el tiempo se ha detenido y en el segundo que transcurre rápidamente.

gira también en dos perspectivas: sirviéndonos de calendario y el -de forma lo que sentimos.

que la mayor transcurre bajo la elemento e implacable que la cronología. Sin cierto que los

No tiene el mismo impacto en nuestro estado de ánimo una situación que nos mueve a la tristeza que otra que nos genera una alegría, por el motivo que sea. En el primer caso y a menudo podemos tener la sensación de que el tiempo se ha detenido y en el segundo que transcurre rápidamente.

Pero esa percepción respecto de la velocidad se produce también en otros entornos, que no tienen que ver con situaciones lamentables o satisfactorias, sino con la ontogénesis (evolución de cada uno de nosotros). Por motivos muy diferentes, cuando éramos adolescentes teníamos la impresión de que todo lo que ocurría a nuestro alrededor e incluso a nosotros mismos sucedía con más lentitud de lo que deseábamos; con carácter general, queríamos llegar a la edad adulta cuanto antes, en la creencia de que en esa etapa tendríamos más oportunidades, también para ser felices.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia CC BY-SA-NC

Qué decir de las etapas posteriores y no digamos cuándo nos aproximamos a la vejez, el tiempo no corre ... vuela; es una expresión que se escucha habitualmente cuando abordamos los acontecimientos que estamos viviendo. No es menos cierto que en este caso contamos con puntos de referencia que nos aproximan mejor a esta realidad: en primer lugar son los hijos y posteriormente los nietos; cuando unos y otros crecen en la normalidad, apreciamos mejor el paso del tiempo y tenemos la impresión de que aquel reloj que nos controlaba todo lo que

hacíamos (como continúa) parece que tiene un problema: se ha averiado, pero solo para adelantar las horas; por supuesto ya no se detiene o retrasa un poco, como lo hacía antes, ahora "corre que se las pela".

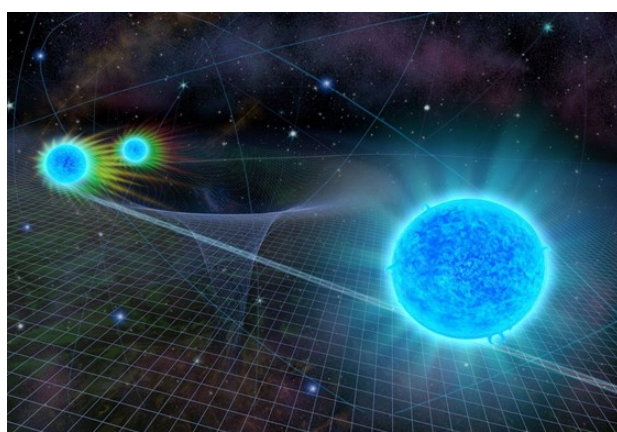
A partir de este razonamiento podemos extraer una conclusión, entre otras: los momentos placenteros, esos que se viven con la impresión de que ocurren demasiado deprisa, tendríamos que hacer lo posible para prolongarlos. Lógicamente, no me refiero al momento en sí, que puede ser incontrolable y más o menos efímero, sino al sentimiento que nos produce.

Se dice que el dolor es inevitable y que el sufrimiento es opcional, por más que sea un efecto colateral recurrente. Pues bien, en la posición contraria, la satisfacción que podemos encontrar en cualquier evento también tiene aspectos que dependen de nuestra voluntad y si no encontramos los motivos los podemos inventar, no hay ninguna contraindicación, salvo vivir fuera de la realidad.

Por cierto, disponemos de una herramienta eficaz: la imaginación, que nos permite recrear situaciones agradables. Por otro lado, todo o casi todo lo que sucede a nuestro alrededor tiene aspectos positivos que hay que explorar y explotar en su caso, en la medida de nuestras posibilidades.

No me cuesta reconocer que estos comentarios pueden estar impregnados de un cierto optimismo antropológico y que su valoración depende mucho de cómo nos enfrentamos habitualmente al día a día. Pero no es menos cierto que si con esa actitud no conseguimos mejorar la posición, desde luego sin ella tampoco; lo tengo claro.

Aunque pueda ser una simplificación excesiva, si en el contexto de lo dicho, la relatividad es una variable que depende de nuestro punto de observación, cabe suponer que también podemos elegir y siendo así la opción ya no es discutible, deberíamos quedarnos con la que mejor satisface nuestros deseos y expectativas.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia CC BY-SA-NC



P. Fandos – Psicólogo

Febrero 2024

EL VALOR DE LA ESCRITURA

En la evolución de nuestra especie qué pocas veces hemos reparado en el papel que ha tenido la escritura. Sin ella, no solo habría sido imposible conocer detalles de nuestra historia, sino que la misma historia habría tenido múltiples interpretaciones, fruto de la transmisión oral, en su caso, con todas las imperfecciones que tiene ese procedimiento, incluso en la actualidad.

El proto-elamita,
la escritura nativa
del Irán



Foto: François Desset/Sciences et Avenir

Como paradigma de esa importancia tenemos los testimonios indelebles que nos han dejado civilizaciones tan antiguas como la de Babilonia o de Egipto, solo por poner un par de ejemplos; las inscripciones en piedra con miles de años de antigüedad, como el famoso Código de Hammurabi o la Piedra Rosetta, nos han transmitido de forma fidedigna las formas de vida y costumbres por las que se guiaban nuestros antepasados hace miles de años. Con parecido significado, aunque fuese menos expresivo, podríamos incluir las pinturas rupestres encontradas en cuevas prehistóricas.

Esta vinculación a la historia es una evidencia empírica que se transformó mucho, primero, con la utilización de los papiros y después con los pergaminos y, no digamos, con el papel. Desde luego, tuvo su etapa decisiva a partir del descubrimiento de la imprenta (mediados del siglo XV). Hasta entonces, la capacidad de expresión escrita estaba casi reservada a colectivos muy selectos, en el ámbito de los monasterios o de las instancias gubernamentales del momento; era casi un arte al alcance de pocos. Ese momento tan importante supuso la superación del estancamiento de la Edad Media, dando paso al Renacimiento.

Salvando las influencias de todo tipo que podrían incidir en los historiadores y en los que no lo eran, con los acontecimientos que se reflejaron de esa manera hemos podido rescatar episodios fundamentales de nuestro pasado y no solo eso, también divulgarlos de forma masiva.

Sirva esta introducción para poner en valor este fenómeno imprescindible en todas las civilizaciones que en el mundo han sido y que en los últimos tiempos ha tenido un desarrollo tan importante como sorprendente, especialmente por su rapidez.

No hace tanto, la caligrafía era una asignatura troncal en los primeros años de la escolarización, hasta el punto de que quienes la superaban destacaban luego en determinadas actividades laborales. Saber escribir, como saber leer, formaba parte del currículum básico que permitía ascender también en el reconocimiento social.

Superada aquella etapa embrionaria de la era moderna y en un escenario donde ya resulta muy extraño encontrar a quien no sea capaz de expresarse por escrito, nos adentramos en otro, donde el uso del lápiz, la pluma estilográfica, el bolígrafo o el rotulador, con la ayuda del papel (en cualquier formato) supuso un paso hacia adelante significativo, eso sí con la pérdida del mérito caligráfico y su reconocimiento (entender lo que se dice). No hay más que asomarse a los textos que podemos



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia CC BY-SA-NC

leer hoy, escritos a mano por los estudiantes a todos los niveles o por algunos profesionales; las recetas de los médicos no son un caso aislado.

El bolígrafo o la pluma estilográfica formaron parte de nuestro equipamiento habitual durante algunos años y era por algo, porque podían ser necesarios en cualquier momento, parecido a lo que ocurre actualmente con nuestros móviles (me resisto a denominarlos teléfonos, porque son o sirven para muchísimo más).



La aparición de la máquina de escribir supuso un primer impulso para facilitar y esclarecer el contenido de los escritos, que se vio tremendamente acelerado con el uso de los ordenadores personales. Los teclados de esas herramientas sustituyeron de una forma casi definitiva las posibilidades de escritura manual; actualmente, a muchos ya nos cuesta un pequeño esfuerzo retomar los "antiguos" hábitos.

La popularización de todo lo que rodea el mundo digital ha puesto en cuestión -incluso- la necesidad de saber escribir a mano, como hasta ahora, porque basta con identificar las letras del abecedario y utilizarlas de forma comprensible en cualquiera de los aparatos disponibles.

Si lo anterior es una evidencia (preocupante) no lo es menos la pérdida del conocimiento de reglas ortográficas elementales y, por si eso mismo fuera poco, nos encontramos con otro tipo de expresiones que reducen al máximo la forma en que podemos manifestar algunas emociones y por tanto empobrecer el lenguaje; me refiero a los "emoticones", esas figuras ideográficas que vienen a representarlas, como lo hacían en las antiguas civilizaciones. ¡Qué ironía!

Nuestra capacidad para pensar lo que queremos decir es mayor cuando escribimos que cuando hablamos. Es obvio, porque nuestros pensamientos se manifiestan más rápidamente de forma verbal, salvo que tengamos algún impedimento. Aunque solo fuese por eso merece la pena reflexionar sobre la conveniencia de no perder aquella costumbre, que fue imprescindible en una época y que es recomendable en la actual, a pesar de todas las innovaciones que nos facilitan las comunicaciones de este tipo.

No obstante lo anterior, con los procesadores de texto que ya están al alcance de cualquiera, ni siquiera hay que recurrir a los teclados tradicionales, basta con dictar mensajes o ideas y se plasman con la misma rapidez a un texto. Siendo así, también se pierde una de las ventajas que supone razonar mejor los contenidos y un poco antes de exponerlos.



La otra derivada relacionada con la escritura tiene que ver con su conservación. Si hasta ahora hemos podido acceder a los testimonios de quienes nos han precedido, por conservarlos y divulgarlos en el papel que fueron impresos ¿estamos en condiciones de garantizar lo mismo a través de dispositivos digitales y no digamos en la "nube"? No quiero pensar lo que ocurriría si alguno de esos sistemas se degradase o "apagase", sin posibilidad de recuperación.

A partir de las evidencias que quedan reproducidas más arriba, invito a hacer un simple ejercicio para constatarlas: tomad papel y lápiz y después probad o preguntaros ¿cuándo fue la última vez?



P. Fandos

Enero 2024

¿VAMOS A PRESCINDIR DEL DINERO "FÍSICO"?

No voy a descubrir nada haciendo alusión a cómo, cuándo y por qué apareció el dinero. En un momento dado, el trueque de bienes y servicios se hizo poco menos que irrealizable en términos prácticos y fue así como se multiplicaron los lugares (mercados) en los que se facilitaban los intercambios y para que fuesen realmente operativos aparecieron las monedas, antecedente inmediato del dinero tal y como lo conocemos hoy en día, con una particularidad que no es menor, en sus orígenes tenían un valor intrínseco, que actualmente es insignificante.

Luego surgió -como complemento- el papel moneda (el billete más antiguo que se conoce tiene origen chino -siglo VII- y llegó a Europa muchos siglos después), cuyo valor se sustentaba exclusivamente en la confianza que inspiraban y lo siguen haciendo las entidades emisoras.



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia CC-BY-NC-ND

Casi desde sus orígenes, además de ser un medio imprescindible para el comercio y los negocios en general, también se convirtió en un depósito de valor.

La aparición de nuevos instrumentos de pago (como las letras de cambio, los pagarés, los cheques, entre otros) redujo, simplificó y facilitó mucho las operaciones mercantiles.

En ese contexto, la coexistencia con el dinero físico fue y sigue siendo una realidad, aunque su importancia haya decaído en términos relativos con la aparición más reciente de otros medios, por lo demás tan simples como eficaces. Me refiero a las tarjetas (de crédito y débito), que incluso tienen su aplicación a través de los móviles, con los que también se ha popularizado en los últimos tiempos el "bizum", otro sistema de cobros y pagos.

Como suele ocurrir con muchos sistemas, el uso de este tipo de alternativas también tiene algunos inconvenientes: el coste y el acceso, puesto que no todo el mundo puede contar con ellos con la misma facilidad. De todas formas, su penetración en la actividad económica parece imparable.

Recientemente se ha abierto el debate en torno a la utilización del dinero en efectivo, cuando aparecieron en la escena los sistemas de pago a los que se hace referencia, tanto o más eficaces según las circunstancias, hasta el punto de llegar a cuestionar la conveniencia de mantener su uso a nivel general, partiendo de una supuesta pérdida de eficacia. Algunos países lo han propuesto, con el objetivo de que sea una realidad en un plazo razonablemente corto, me refiero a Suecia, Dinamarca, Finlandia, Noruega, Canadá También el Banco Central Europeo impulsa el uso de transacciones electrónicas, bajo el pretexto de mejorar la seguridad, reducir el fraude y promover la eficiencia. Está por ver lo que pueda suceder, pero el "río suena, porque agua lleva".

Sin ir más lejos, nuestro propio Gobierno, a través del Ministerio de Hacienda, limitó el uso del dinero en efectivo en España hasta la cantidad de 1.000 € (con anterioridad eran 2.500 €), dentro de su política de prevención y lucha contra el fraude fiscal (Ley 11/2021). Cualquier operación que supere esa cantidad deberá realizarse por otros medios, con limitadas excepciones.

Según un estudio reciente realizado por el Banco de España, el porcentaje de transacciones a través de los nuevos procedimientos supone el 39% del total, ligeramente por debajo de la media europea y creciendo, por razón del proceso de digitalización de la economía; en los países que he señalado anteriormente, ese porcentaje es sensiblemente mayor (entre el 80 y el 90%). Y

además se produce otro efecto colateral: cuando se facilitan los medios de pago también se estimula el consumo.

Sin perjuicio de lo que previenen las normas, manejar monedas y billetes presenta algunas incomodidades, sobre todo, cuando se trata de llevar a cabo operaciones de importes elevados, pero no son menores en las de menor cuantía, pues el empleo de monedas no deja de ser un incordio cuando son de pequeño importe. De hecho, el B.C.E. se está planteando eliminar las monedas de 1 y 2 céntimos y cabe suponer que tiene algo que ver con lo dicho.

Por otro lado, la emisión de dinero en efectivo es una tarea importante, con muchas implicaciones de tipo logístico y de política económica. Y que su manejo tiene una relativa usuario una su capacidad de previsores a la ejemplo, incorpora un robos.

Así las cosas, no parece que la pregunta que encabeza estas consideraciones esté fuera de lugar, por mucho que rompa el "statu quo", que desde tiempos inmemoriales ha representado la posesión (acaparamiento) de dinero físico.

Con todo, este proceso de sustitución no creo que se materialice tan pronto como piensan algunos, pero no se detendrá e incluso se podrá acelerar con la aparición de nuevos instrumentos. Me refiero a los "bitcoin" o dinero digital, que de momento presenta algunas dificultades: su complejidad, que escapa a la comprensión generalizada y la volatilidad de su valor. Sin embargo, hay otro factor que puede favorecerlo y es la falta de regulación que, al menos de momento, proporciona un atractivo para quienes quieren preservar su privacidad.

Por cierto, al menos dos países adoptaron el "bitcoin" como moneda oficial: El Salvador, con el pretexto de reducir la dependencia del dólar y la República Centroafricana, con un argumento similar respecto de la moneda francesa CFA. En ambos casos no se consiguieron los resultados esperados; precisamente debido a su elevada volatilidad, fueron recibidos con escepticismo por sus respectivas poblaciones. Por su parte, el Fondo Monetario Internacional también advirtió de los riesgos asociados a ese tipo de iniciativas.

Así las cosas, no parece que la pregunta que encabeza estas consideraciones esté fuera de lugar, por mucho que rompa el "statu quo", que desde tiempos inmemoriales ha representado la posesión (acaparamiento) de dinero físico.

No es menos cierto que las alternativas que se han descrito suponen -de alguna manera- poner al descubierto nuestra intimidad, porque con cualquiera de ellos (menos con el bitcoin) mostramos lo que adquirimos, dónde vamos y, en definitiva, lo que somos y no es una utopía, menos aun contando con herramientas tan potentes como la inteligencia artificial. Cabe plantearse ante quién nos descubrimos, pero eso es otro tema. Evitarlo será cada vez más difícil, por no decir imposible, algo parecido al intento de poner puertas al campo.

P. Fandos
Enero 2024

