

WATZLAWICK, PAUL. CAMBIO.

Problema: ¿Cómo pueden ser mejor entendidas y utilizadas las acciones de influencia y manipulación de los procesos de cambio?

PERSISTENCIA Y CAMBIO.

Parte 1. La perspectiva Teórica.

Principio general. "Toda percepción y todo pensamiento son relativos y operan por comparación y contraste"

Notas:

1. Lo opuesto al cambio es la invariabilidad o persistencia.
2. La tendencia natural ha sido considerar a la invariabilidad o persistencia como un estado natural o espontáneo, garantizado que no necesita explicación, por lo que entonces, el cambio es el problema.
3. Lo que es problemático no es absoluto, y tampoco es inherente a la naturaleza de las cosas. Lo problemático depende del caso particular y del punto de vista implicado.
4. Donde quiera observamos sistemas sociales más o menos amplios inmersos en un problema de un modo persistente y repetitivo. ¿Cómo es que persiste esta indeseable situación? ¿Qué es preciso para cambiarla?
5. Para responder estas preguntas, haremos uso de dos teorías pertenecientes al campo de la lógica matemática:
 - a. Teoría de los grupos.
 - b. Teoría de los tipos lógicos.
6. La teoría de los grupos. El término grupo es introducido en la primera parte del siglo XIX por el matemático francés Evariste Galois. De acuerdo con la teoría, un grupo posee las siguientes propiedades:
 - I. Está compuesto por miembros.
 - II. Puede combinar sus miembros en distinto orden y, sin embargo, el resultado de la combinación permanece siempre el mismo.
 - III. Un grupo contiene un miembro de identidad tal que su combinación con cualquier otro miembro, da este otro miembro.
 - IV. En cualquier sistema que se ajuste al concepto de grupo, encontramos que cada miembro contiene su recíproco u opuesto, de modo tal que la combinación de cualquier miembro con su opuesto da lugar al miembro de identidad.
7. La teoría de los tipos lógicos. Al igual que en la teoría de grupos, los componentes de la totalidad son designados como miembros, mientras que la totalidad misma es denominada clase, en lugar de grupo. Un axioma esencial de la teoría de los tipos lógicos es la de que cualquier cosa que comprenda o abarque a todos los miembros de una colección, no tiene que ser un miembro de la misma.

WATZLAWICK, PAUL. CAMBIO.

8. La forma más sencilla y familiar de cambio es el movimiento, es decir, un cambio de posición.
9. Pero el movimiento mismo puede estar sujeto a cambio, es decir: aceleración o desaceleración y, ello constituye un cambio del cambio (metacambio) de posición.
10. En un nivel superior se da el cambio de la aceleración (o desaceleración) que equivale a un cambio del cambio del cambio (metametacambio) de posición.
11. El cambio implica siempre el nivel inmediatamente superior:
 - a. Para pasar de la posición al movimiento, es necesario dar un paso fuera de la trama teórica de "la posición".
 - b. Dentro de esta trama no puede generarse el concepto de movimiento, y cualquier tentativa que ignore este axioma básico de la teoría de los tipos lógicos da lugar a una confusión paradójica.
12. Ejemplos:
 - a. Método y metodología. La especificación de los pasos que se han de emprender en un orden determinado para lograr una finalidad determinada. Metodología (tipo lógico inmediatamente superior) es el estudio filosófico de la pluralidad de métodos que son aplicados en las diversas disciplinas científicas. La metodología es un metamétodo.
 - b. El menú y la carta del menú.
 - c. El coche. Su rendimiento puede variarse en dos modos distintos: mediante el pedal del acelerador (aumentando o disminuyendo el flujo de gasolina a los cilindros) o cambiando las marchas (con la palanca de velocidades o el automático). En cada marcha el coche tiene un cierto número de comportamientos, dentro de dicho número de comportamientos (de esta clase de los mismos) el uso adecuado del acelerador producirá el cambio deseado en el rendimiento pero, si el rendimiento requerido, cae fuera de dicha clase (o número de comportamientos) el conductor debe cambiar la marcha para obtener la variación deseada. El cambio de marcha es por lo tanto un fenómeno de un tipo lógico más elevado que el suministrar gasolina por medio de la aceleración y, sería patentemente absurdo hablar de la mecánica del cambio de marchas en el lenguaje correspondiente a la termodinámica del suministro de combustible.
13. La palabra cambio, aplicada a una máquina de este tipo, puede referirse a dos cosas diferentes: El cambio de un estado a otro estado que constituye el comportamiento de la máquina y que ocurre por su propio impulso interno y el cambio de transformación a transformación que, constituye un cambio de su modo de comportamiento y que tiene lugar a capricho del experimentador o por algún actor externo.

14. Conclusiones sobre la teoría de los tipos lógicos.

- a. Los niveles lógicos deben ser estrictamente separados a fin de evitar paradojas y confusiones.
- b. Pasar de un nivel, al inmediatamente superior (es decir, de un miembro a la clase) supone una mudanza o variación, un salto, una discontinuidad o transformación, es decir, un cambio de la mayor importancia teórica y también práctica ya que proporciona un camino que conduce fuera del sistema.

15. Conclusiones generales.

- a. Existen dos tipos diferentes de cambio. Uno que tiene lugar dentro de un determinado sistema que, en sí permanece inmodificado (explicado por la teoría de grupos), y otro, cuya aparición cambia el sistema mismo (explicado por la teoría de los tipos lógicos). Por ejemplo una pesadilla: Una persona que tenga una pesadilla puede hacer muchas cosas dentro de su sueño: correr, esconderse, luchar, gritar, trepar por un acantilado, etc. Pero ningún cambio verificado de uno de estos comportamientos a otro podrá finalizar la pesadilla. (CAMBIO UNO) El único modo de salir de un sueño supone un cambio del soñar al despertar. El despertar, desde luego, no constituye parte del sueño, sino que es un cambio a un estado completamente distinto (CAMBIO DOS).
- b. Las Cuatro propiedades de todo grupo, que son responsables de la creación de la particular interdependencia entre persistencia y cambio dentro del grupo, no son por sí mismas, miembros del grupo. Están claramente por encima del grupo.
- c. Los grupos son variantes del nivel de CAMBIO UNO (mientras más cambian las cosas, más siguen siendo las mismas) pero están abiertos al nivel de CAMBIO DOS (a cambios en cuanto a las reglas que gobiernan su estructura o su orden interno)
- d. Cuando hablamos de cambio en conexión con la formulación de problemas y la solución de los mismos nos referimos siempre al CAMBIO DOS.
- e. El CAMBIO DOS posee siempre la índole de discontinuidad, de salto lógico por lo que sus manifestaciones prácticas aparecen como ilógicas y paradójicas.

WATZLAWICK, PAUL. CAMBIO.

1. El CAMBIO DOS es considerado como algo incontrolable e incluso incomprensible. Aparece como impredecible, abrupto, ilógico, etc., tan sólo en términos de CAMBIO UNO, es decir, desde dentro del sistema.
2. El CAMBIO DOS resulta introducido en el sistema desde el exterior y por tanto no es algo familiar o inteligible. De aquí su naturaleza chocante y aparentemente caprichosa.
3. El CAMBIO DOS visto desde fuera del sistema, supone meramente un cambio de las premisas (las reglas de combinación, en términos de la teoría de grupos)
4. Para efectuar un cambio en el sistema original es suficiente con no ir más allá del metanivel.

WATZLAWICK, PAUL. CAMBIO.

“Levantamos primero la polvareda y luego nos quejamos de no poder ver”

Berkeley.

FORMACIÓN DE PROBLEMAS

1. Por lo general lo que promueve el cambio es la desviación con respecto a una norma.
2. Por lo general el cambio deseado se procura mediante la aplicación de lo contrario, es decir, con su opuesto pero., de acuerdo con la cuarta propiedad del grupo, esta acción correctora resulta insuficiente, la aplicación de “más de los mismo” da muy eventualmente lugar al efecto deseado.
3. El principio “más de lo mismo” no produce el cambio deseado, sino que, por el contrario, la “solución” contribuye en gran medida a aumentar el problema y, de hecho se convierte eventualmente en el mayor de los males.
4. Si bien ciertos problemas humanos pueden continuar a un nivel constante de gravedad, hay muchos que no permanecen igual durante mucho tiempo, sino que tienden a aumentar y acentuarse si no se alcanza ninguna solución o la solución alcanzada es errónea y, sobre todo si se aplica “más de la misma” solución equivocada. Cuando esto sucede la situación puede permanecer estructuralmente similar o idéntica pero, la intensidad de la dificultad y del sufrimiento impuesto aumenta.
5. Para hacer cambiar tan absurdas situaciones, una de las partes debe hacer algo irracional, es decir: inclinarse menos y no más fuera de la borda, ya que ello forzará inmediatamente al otro a hacer lo mismo.

6. **Dificultades.** Un estado de cosas indeseable que, o bien puede resolverse mediante algún acto de sentido común (por lo general de tipo CAMBIO UNO) y para el cual no se precisan especiales capacidades para resolver problemas, o bien, con mayor frecuencia nos referimos a una situación de la vida, indeseable pero por lo general bastante corriente y, con respecto a la cual no existe solución conocida y que hay que saber sencillamente conllevar, al menos durante cierto tiempo.
7. **Problemas.** Nos referimos a callejones sin salida, situaciones al parecer insolubles, crisis, etc., creados y mantenidos al enfocar mal las dificultades. Existen fundamentalmente tres modos de enfocar mal las dificultades:
 - a. Intentar una solución negando que un problema lo sea en realidad: es preciso actuar, pero no se emprende tal acción.
 - b. Se intenta un cambio para eliminar una dificultad que, desde el punto de vista práctico, es inmodificable (p.e. el hiato generacional o bien un cierto porcentaje de alcohólicos dentro de la población general) o bien inexistente: se emprende una acción cuando no se debería emprender.
 - c. Se comete un error de tipificación lógica y se establece un juego "sin fin" cuando se intenta un CAMBIO UNO, en una situación que tan sólo puede cambiarse a partir del nivel lógico inmediatamente superior (p.e. el problema de los nueve puntos, o bien los errores de sentido común como los ejemplos de la depresión, insomnio y los celos) o bien se intenta un CAMBIO DOS cuando resultaría adecuado un CAMBIO UNO (p.e. cuando se exige de alguien un cambio de actitud y no simplemente un cambio determinado de comportamiento) La acción es emprendida a un nivel equivocado.

“Me propongo enseñaros a pasar de algo disimuladamente absurdo a algo que lo es abiertamente”
Wittgenstein.

LAS TERRIBLES SIMPLIFICACIONES.

1. Seguir la política del avestruz, hacerse de la vista gorda y..., cualquiera que lo considere, está loco o actuando de mala fe.
2. Esto es la negación de los problemas pero, además, el ataque a aquellos que lo señalan o que intentan enfrentárseles. Estas dos actitudes van unidas. La mezcla de negación y ataque.
3. La primera y principal razón para negar determinados problemas se debe probablemente a la necesidad de mantener una fachada social aceptable. Resultado: “los llamados secretos a voces”. Estas situaciones pueden ser mucho más insidiosas y patógenas cuando no sólo es negada la existencia de un problema, sino incluso la negación de la misma.

En Resumen:

Un modo de abordar erróneamente un problema reside en comportarse como si tal problema no existiese. De ello se derivan dos consecuencias:

1. El reconocimiento, a parte de cualquier tentativa de solución, del problema / dificultad, es considerado como una manifestación de locura o de maldad.
2. El problema / dificultad que exige un cambio se complica crecientemente por los problemas creados por el erróneo modo de abordarlo.

“Mientras perseguimos lo inalcanzable,
hacemos imposible lo realizable”
Robert Ardrey.

EL SÍNDROME DE UTOPIA.

El comportamiento resultante al cual podemos denominar como el síndrome de utopía, puede adoptar una de tres posibles formas:

1. Introyectiva. Son el resultado de un profundo y doloroso sentimiento de ineptitud personal para alcanzar el propio objetivo. Si el objetivo es utópico, el mero hecho de plantearlo crea una situación en la que la inasequibilidad del objetivo no es atribuida a su índole utópica, sino que más bien se hecha la culpa a la propia ineptitud.

“mi vida debería ser rica y grata, pero estoy viviendo en la banalidad y el aburrimiento”

“debo tener sentimientos profundos e intensos, pero soy incapaz de despertarlos en mi mismo”.

Consecuencias: Huida, retraimiento, depresión, suicidio, divorcios, concepciones nihilistas del mundo, abuso de alcohol, drogas con sus breves euforias que van inevitablemente seguidas por el retorno a la realidad aun más fría y más gris, retorno que hace más atractiva la huida existencial.

2. Dilación o demora más bien agradable:

“es mejor viajar colmado de esperanzas que llegar a puerto”. R.L. Stevenson

“preferible soportar aquellos males que nos agobian, que huir hacia otros que no conocemos”. Hamlet

“Lo que importa es el viaje, no la llegada”.

“Existen dos tragedias en la vida...no lograr lo que vuestro corazón desea y la otra consiste en lograrlo.

Ejemplos: Así vemos al etemo estudiante, novio, perfeccionista, la persona que reiteradamente se las arregla para fracasar al borde del mismo éxito. Cada cumplimiento actual es considerado como una pérdida o una profanación

3. Proyectiva. Una actitud moralista rígida por parte del sujeto, que está convencido de haber encontrado la verdad y con tal convicción asume la responsabilidad misionera de cambiar al mundo. Esto lo intenta mediante diversas formas de persuasión con la esperanza de que bastará de que la verdad sea lo bastante evidente para que forzosamente la vean los hombres de buena voluntad. Aquellos que no quieran aceptarla o ni siquiera escucharla actúan de mala fe y su destrucción en beneficio de la humanidad, puede parecer justificada.

Otra forma de utopía proyectiva.

También puede suceder que haya sujetos que consideren la ausencia de una dificultad como un problema que requiere acción correctora, actuando entonces hasta que se encuentran entre las manos con un pseudoproblema.

Utopías positivas. No hay problema.

Utopías negativas. No hay soluciones.

Ambas clases de utopía definen las dificultades y los placeres normales, como anormales.

Es característico del síndrome de utopía el que las premisas sobre las que se basa sean consideradas más reales que la realidad.

La distinción entre hechos y premisas de los hechos es crucial para la comprensión de las vicisitudes del cambio.

Aquí nuevamente la solución intentada es la que constituye en realidad el problema. En la vida cotidiana es de esto último de lo que no nos damos cuenta; el remedio no sólo es peor que la enfermedad sino que es el mismo la enfermedad.