

Gente y Culturas

Licenciada en Psicología por la Universidad de la Laguna, con doctorado en Ciencias de la Salud en la Universidad de las Palmas de Gran Canaria, Amparo Rodríguez ha compaginado el ejercicio de su profesión en diferentes ámbitos con fa-

Amparo Rodríguez

Psicóloga

“En España se piensa más en la escuela como guardería que centro educativo”

Amado Moreno

¿Qué fue decisivo para escoger Mindfulness, el camino desde el malestar psicológico al desarrollo personal y llevarlo a su tesis doctoral?

Por un lado la práctica personal durante más de 20 años de la meditación Vipassana. Y por otro lado, la línea terapéutica que desarrollo en mi ejercicio profesional encuadrada en las Terapias de tercera generación de Psicología (en mi caso concreto la terapia Cognitivo Conductual con Mindfulness Integrado, TCCMI). Cabe aclarar que el Mindfulness o atención plena es una práctica meditativa que permite a la persona desarrollarse a través de la atención centrada y focalizada. Consiste en el cultivo de la conciencia de la mente y del cuerpo para vivir aquí y ahora. En el ámbito de la psicología contemporánea Mindfulness ha sido adoptado como una aproximación para incrementar la conciencia y afrontar hábilmente los procesos mentales que contribuyen al desequilibrio emocional y la conducta disfuncional.

¿Le tentó antes otra temática? No, el ámbito del Mindfulness ha sido la base de mi práctica y solo la población de aplicación del programa ha sido el único planteamiento que me he cuestionado. En concreto pretendía comprobar en qué medida influye un programa de Mindfulness aplicado a la vida cotidiana de personas que no están aquejadas de patologías.

Su tesis se alimenta en gran medida de las bases de la psicología budista, que registra profundas diferencias respecto a la Psicología occidental para la que parece imprescindible una fijación prioritaria de objetivos.

Hasta hace unos 40 años la psicología occidental ha desarrollado una metodología (al igual que la medicina) dirigida a eliminar el síntoma que expresa el malestar. Ya en sí mismo eliminar el síntoma se convierte en objetivo. Pero desde los 90 se ha desarrollado otra línea de proceder terapéutico en la que estarían enmarcadas las aproximaciones terapéuticas denominadas de tercera generación (de la terapia de conducta) cuya meta no es el cambio de pensamientos o emociones negativas (que normalmente son valoradas como dificultades en la vida de la persona) sino la aceptación y el contacto con el presente, con los valores personales, independientemente de los contenidos verbales, fisiológicos o emocionales de cada momento. Estas tera-



La psicóloga Amparo Rodríguez durante la entrevista. | ANDRÉS CRUZ

pian han sabido seleccionar lo excelente de otras aproximaciones terapéuticas de corte humanista-existencial y del saber de la psicología budista, pero con el rigor científico propio de la terapia de conducta. La psicología budista proporciona un enfoque sofisticado y completo, desarrollando un modelo elaborado de la mente, el cual a modo de sistema psicológico, describe con detalle cómo funciona la percepción, la motivación, el conocimiento y las emociones; analizando tanto las causas del sufrimiento humano (etiología) como las salidas de este sufrimiento (terapia) ocupándose de entender qué tipos de actividades mentales conducen al bienestar y cuáles son dañinas.

La guinda de su tesis doctoral se adorna con una cita de Aristó-

teles de investigación y formación. Recientemente alcanzó la calificación de sobresaliente cum laude con su tesis doctoral centrada en las técnicas 'Mindfulness' aplicadas a grupos de individuos muy distintos.

y desarrollo natural de cualquier potencial humano. Todo esto es lo que básicamente plantea Aristóteles en la cita referida.

¿Las consecuencias de la creciente globalización que realidad y particularidades plantean a la disciplina de la Psicología?

La Psicología junto con otras disciplinas debe transmitir valores universales desde el ámbito de sus competencias en el terreno personal, social y educativo. Desde ahí, hay múltiples líneas de trabajo que pueden contribuir a generar una cultura de la paz; como el desarrollo personal que promueven las escuelas humanistas; las líneas de trabajo sobre comunicación no violenta y muchas orientaciones más, son la muestra de la importancia de no quedarnos con verdades absolutas y aprender a convivir con la duda, sin miedo a lo diferente en la conciencia de que el ser humano como especie tiene intereses comunes que debemos preservar.

“No quedarnos con verdades absolutas y aprender a convivir con la duda generan una cultura de la paz”

“Desde la publicidad y la televisión no se transmite un mensaje de igualdad del hombre y la mujer”

¿Puede hacer mucho más esta ciencia para frenar el aumento de la violencia de género, un problema siempre de actualidad?

Habría que analizar qué estamos haciendo mal... A veces me cuestiono la publicidad implícita que se da a los asesinos de mujeres. Sin querer, se puede transmitir una falsa idea de facilidad. En los casos de suicidio existe un acuerdo tácito de no publicarlo para evitar el efecto contagio... No abogo por ocultarlo, pero sí reflexionar sobre cómo transmitir este tipo de noticias. Por otro lado, desde un punto de vista sistémico hay que trabajar el rol de la mujer y del hombre en paralelo. Si reforzamos uno sin el otro, el espacio ocupado por la mujer en roles tradicionalmente femeninos puede relegar la identidad masculina sin enfocarla hacia me-

tas conjuntas y comunes.

¿Cómo se explica que muchas adolescentes acepten con resignación o como algo normal en una relación de pareja o amistad?

Analicemos los mensajes de la publicidad, de las series de televisión y sobretodo de algunos reality. Analicemos cómo es posible que todavía haya empleos en los que se pague menos a las mujeres por el simple hecho de serlo; todo eso transmite un mensaje y no es el de la igualdad.

En Educación, España sigue saliendo malparada de los informes Pisa, a años luz de los niveles de calidad de Finlandia, el gran modelo de referencia. ¿Pedagogía y Psicología son indisolubles para aspirar al mejor modelo educativo?

No se puede hacer iguales a los desiguales. Por citar sólo un ejemplo: en Finlandia, la madre o el padre pueden quedarse con sus bebés los primeros años con garantías de volver e incorporarse a su vida laboral, transcurrido el periodo de crianza. Esto sería impensable en España y ya nos está dando una idea de la enorme diferencia de concepción entre educación y "guardería". En España preocupa más dónde dejamos al niño si está de vacaciones. En la práctica, se piensa más en la escuela como guardería que como centro educativo y eso nos da una idea de la concepción que tenemos de la educación. Luego también salen lenguas aparentemente autorizadas culpando más al docente que a la telebasura o a los horarios laborales extenuantes o a los salarios indignos.

Diganos tres reglas o recomendaciones para unos padres a la hora de estrenarse como educadores de sus hijos

Descartando situaciones de disfuncionalidad, no hay reglas, pero sí tengo que esbozar algún camino diría que, primero entenderse y aceptarse a sí mismos. En segundo lugar atreverse a conocer y aceptar a su hijo y, por último, confiar en la capacidad de su hijo para convertirse en una gran persona. En medio, no olvidarse de respirar.

Manuela Carmena, la alcaldesa de Madrid, acaba de estar en Las Palmas y ha dejado este recado: "Hay que trabajar en la educación sentimental en las escuelas para que los niños se conozcan a sí mismos."

Rotundamente, sí. Pero los que primero deben educar sentimentalmente a sus hijos son las familias y éstas no podrán hacerlo si llegan a casa cuando los niños duermen. No se puede delegar todo a la escuela. La sociedad debe estar organizada para que las familias puedan, al menos, cenar juntas o compartir ratos de juego antes de ir a dormir. Nunca oigo decir que tenemos que cambiar los horarios comerciales para que todo el mundo pueda estar en su casa a una hora prudente y convivir.

Los casos de pederastia en algunos centros docentes o clubes deportivos han saltado con frecuencias a los medios de comunicación en los últimos tiempos. ¿Aporta la Psicología mecanismos de alerta para evitar que eso suceda?

Pasa a la página siguiente >>

>> Viene de la página anterior

Existen protocolos de detección y evaluación. La mayor prevención está en una buena comunicación entre los adultos y el niño o la niña.

¿Qué tipo de problemas llevan con más frecuencia a contrastar con su especialidad?

El estrés y la depresión como base del malestar psicológico, además de otras problemáticas como las dificultades de gestión de situaciones planteadas a los padres por trastornos específicos en niños o adolescentes, sin olvidar los problemas de adicciones varias y las crisis de pareja.

¿Cuál es la edad media y perfil de los que acuden?

No podría establecer una media de edad. Todas las edades están siendo vulnerables al sufrimiento.

En países avanzados como Estados Unidos e Inglaterra es aceptado con cierta normalidad la consulta regular o periódica al psicólogo o psicóloga. ¿Persisten los prejuicios que en España se mantenían hasta no hace mucho tiempo?

Aunque esto ha cambiado mucho en los últimos años, creo que continúan existiendo prejuicios que dificultan que la gente vea con naturalidad el visitar una consulta de psicología. En general, todo lo relativo a la mente se continúa viendo con ciertos prejuicios, pongamos por ejemplo la enfermedad mental. Es más difícil decir que uno padece esquizofrenia, aunque esté controlado por medicación y haga vida normal, que decir que uno padece cáncer.

En alusión a la incertidumbre política actual, el actor Antonio Banderas asegura que España lo que necesita es un psicólogo y no un presidente. Prescindiendo del exceso retórico de la frase, usted qué lectura hace.

En las entrevistas que he podido ver de él, Antonio Banderas me transmite humanidad y sensatez. Probablemente pueda compartir parte del significado de lo que quiso transmitir; ahora bien, sin conocer en profundidad el contexto de la entrevista, yo puntualizaría que los psicólogos y sociólogos expertos en comunicación están detrás de las campañas políticas... Si acaso los ciudadanos necesitamos estar alerta y conscientes para defendernos de los reiterados intentos de manipulación que llegan de diversos ámbitos y que casti son constanciales al modelo de sociedad vigente, para diferenciarlos de las conductas que potencian la ética y el sentido del bien común.

La mujer que curvó la arquitectura

Zaha Hadid, premio Pritzker en 2004, falleció ayer a los 65 años ■ Conquistó la profesión con su maestría en el diseño de estructuras elegantes y curvilíneas

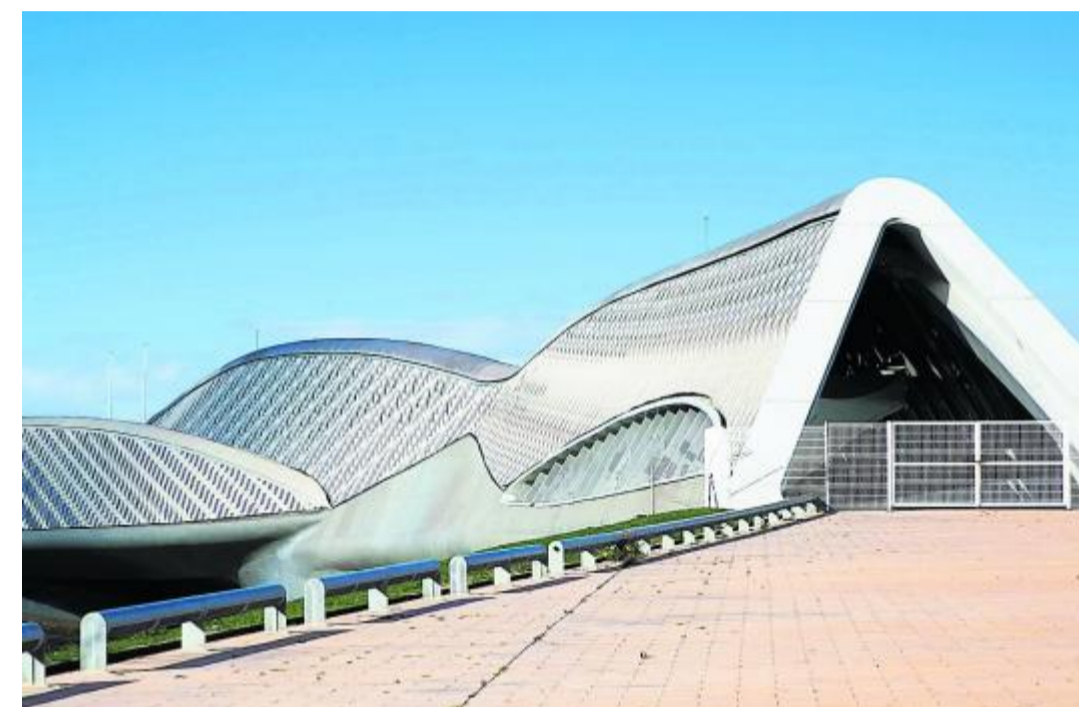
Guillermo Ximenis
LONDRES

El mundo de la arquitectura se tambaleó ayer ante la inesperada muerte a los 65 años de la angloiraquí Zaha Hadid, de un ataque cardíaco. Fue una mujer que transformó la disciplina con su maestría en el diseño de estructuras elegantes y curvilíneas. Hadid, nacida en Bagdad en 1950, conquistó la cumbre de su profesión en 2004, al convertirse en la primera mujer que recibió el Pritzker, el Nobel de la arquitectura, y consagró su fama mundial con el refinado Centro Acuático que levantó para los Juegos Olímpicos de Londres 2012.

Era una de las mujeres más respetadas en los círculos de la arquitectura internacional desde que en 1979 estableció su propio despacho en Londres y comenzó a participar en concursos en todo el mundo. El proyecto para un club privado en Hong Kong que nunca llegó a construirse supuso en 1983 el primer punto de inflexión de su carrera, que despegó después de terminar sus estudios en el londinense Architectural Association, donde fue alumna, entre otros, del holandés Rem Koolhaas.

Hadid deslumbró al jurado de Hong Kong con un diseño que parecía desafiar la gravedad y utilizaba las rocas extraídas de los cimientos para crear colinas artificiales y alterar la topografía natural de la zona. Aquel edificio sentó las bases de su futuro trabajo, siempre un paso más allá de la arquitectura tradicional y centrado en su característica noción del espacio, expresada a través de formas curvas y estructuras estratificadas.

En la década de los 80, la arquitecta firmó más de una decena de proyectos ideados para ciudades como Londres, Berlín, Tokio, Los Ángeles o Abu Dhabi. Muchos de esos bocetos y planos nunca llegaron a cobrar forma física, pero esos proyectos sirvieron para que la angloiraquí forjara su estilo y se hiciera un nombre en los concursos más prestigiosos, aunque en aquella época hubo una cierta polémica en el mundo de la arquitectura por el éxito de una arquitecta que apenas levantaba edificios. En los



Vista del pabellón puente sobre el río Ebro, en Zaragoza, diseñado por Zaha Hadid. | EFE



Hadid, en mayo de 2010 en Roma. | EFE

cios que estaban por llegar. Cuando a los 54 años obtuvo el Pritzker, que nunca hasta entonces había reconocido el trabajo de una mujer, Hadid lo recibió como un impulso para poder levantar edificios aún más ambiciosos.

El proyecto de un club privado en Hong Kong que no se construyó apuntaló su carrera

La Ópera de Guangzhou, en China, el museo Riverside, en Glasgow (Reino Unido) y el pabellón acuático de Londres 2012 son algunos de los edificios que levantó en la última década, probablemente la más creativa para Hadid. De su trabajo en España destaca el pabellón Puente de la Expo Zaragoza 2008 o el Master Plan de Zorrotxaurre para remodelar esa zona de Bilbao, mientras que en Latinoamérica dejó poca huella, con algunos trabajos aún en desarrollo, como el Centro Esfera de la ciudad mexicana de Monterrey o el edificio residencial Casa Atlántica, en la

plaza de Copacabana de Río de Janeiro. En los últimos años había recogido algunos de los galardones más prestigiosos del mundo del arte. Fue distinguida como Comandante de la Orden de las Artes y las Letras de Francia y condecorada en el Reino Unido como Dama Comandante del Imperio británico. El pasado febrero, al recoger la medalla de oro del Real Instituto de Arquitectura Británico (RIBA), Hadid aprovechó la ocasión para defender el papel de la mujer en la arquitectura.

“Actualmente podemos ver mujeres que se han establecido como arquitectas, pero eso no quiere decir que sea fácil. En ocasiones es un reto inmenso. Ha habido un tremendo cambio en los últimos años y vamos a continuar progresando”, señaló.

Su muerte provocó ayer numerosas reacciones, como la del arquitecto británico Richard Rogers, que la ha calificado como una “enorme arquitecta y una magnífica mujer”, y la del alcalde de Londres, Boris Johnson, que recalcó que su legado pervive en los “maravillosos edificios” que levantó en la capital británica y el resto del mundo.

BALLET DE MOSCÚ

GISELLE

AUDITORIO ALFREDO KRAUS
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA
2 ABRIL - 20:30H

ENTRADAS: TAQUILLAS - WWW.ENTRADAS.COM
PRECIO: 18€, 29€, 38€ ENTRADAS DE GRUPO: 20€ (MÍNIMO 12)
SOLICITAR GRUPOS A: INFO@FACTORIA CULTURAL.COM