

Por qué nos enfermamos?

....Salud, productividad y trabajo



Cuando pensé que escribir un texto para la página de Crearerh, me pareció interesante que responda a algo de los servicios propuestos, o simplemente que acompañe, borde, ilustre, enseñe o simplemente sea un disparador para la reflexión.

De aquí que me permito una licencia y les paso a contar algunas miradas que me han disparado interrogantes en casi 20 años de mi recorrido por instituciones de diferentes tipos, industrias, organización, tamaño, forma hasta colores y aromas.

Hay un autor, que conocí hace años que se llama Humberto Maturana y voy a tomar prestadas algunas de sus ideas para desarrollar este texto.

Podría citar a muchos autores, más relacionados con las teorías de administración, psicología, Cs de información o RRHH. Después si quieren podemos proponer otros temas, y pensarlos a la luz de otras ciencias.

Pero para una primera entrega, me parece oportuno hablar de los conceptos que expone Maturana y también para los que no lo conocen, se adentren a su mundo, no muy explorado en el mundo de las empresas, ya que éste es biólogo, en su formación académica. Por lo general los seres humanos tendemos por naturaleza a encasillar y situar en casilleros estancos la información que va acumulando a través de los años (biología se refiere al cuerpo, números a las matemáticas, etc.) aparejado a esto, la especialización que amerita nuestros roles/ funciones y el escaso tiempo con que contamos, nos circunscribe necesariamente a recortar el amplio universo de información que nos proporcionan los variados medios de comunicación y focalizarnos muchas veces en el campo que elegimos desarrollarnos profesionalmente.

Por qué elijo a Maturana?

Porque Maturana habla de lo **humano**, y dice que en un futuro se debería dar importancia a las emociones y a la afectividad en desmedro de la eficiencia, los logros, la tecnología, todos ellos objetivos altamentepreciados en estos tiempos pos modernos que vivimos. Modernidad líquida como la denomina Zygmunt Bauman.

Bauman, dice que una de las características de esta época es la profundización del proceso creciente de individualización social, por ello se discutirá cuales son las posibles alternativas para recrear el espíritu y el accionar comunitario en una era en que las relaciones sociales se han vuelto profundamente líquidas, precarias, transitorias y volátiles.

Maturana en su Biología del amor, plantea la necesidad de establecer una "danza comunicativa" entre las personas y entre ellas con la naturaleza en un continuo fluir relacional creativo.

Qué es la biología del amor?

Es reconocernos como seres amorosos aceptando la totalidad del otro. Sólo la aceptación del ser le devuelve el sentido a la vida y al hacer. Es aceptar al otro como un legítimo otro en la diferencia bajo la premisa del respeto mutuo. En otros términos, ***la Biología del Amor es el respeto mutuo que amplía la inteligencia.***

En los contextos actuales de ciertas tradiciones, prejuicios y formas congeladas de pensamiento, no es fácil aceptar que el amor sea también un fenómeno biológico propio del instinto relacional animal, que en los mamíferos aparece como un aspecto central de la convivencia en la intimidad de la relación materno-infantil en total aceptación corporal.

En los contextos laborales por lo que he transitado, se escuchan voces, secretos, hasta gritos que llegan al cuerpo. La gente habitualmente se enferma y esto obviamente trae aparejado, desmotivación, falta de empatía, deserción, contaminación al equipo de trabajo, abulia, prácticas fallidas en las cadenas hacedoras productivas.

Por qué nos enfermamos?

Nos enfermamos al vivir un modo de vida que niega sistemáticamente el amor. Para estar mejor hay que abandonar la negación sistemática de sí mismo y de los otros. El amor consiste, entonces, en las conductas a través de las cuales el otro, o lo otro, surge como un legítimo otro en la cercanía de la convivencia, en circunstancias de que el otro, o lo otro, puede ser uno mismo. Y esto seguramente les parecerá que nada tiene que ver con los ámbitos laborales, pero: Quienes son los que trabajan en las organizaciones?

Personas, que necesariamente se encuentran reguladas por leyes y normas que nos permiten convivir, trabajar y respetarnos en la igualdad y también en la diferencia. El hecho de ser distintos no significa que no se puede conversar o tener proyectos comunes. Por el contrario, el ser distintos no es una dificultad, sino una oportunidad.

El origen de la biología del amor está en la ontología del observador que es reconocer al observador como constitutivo de lo observado. Este enfoque ontológico unitario permite explicar los fenómenos relacionados con la vida. Desde esta perspectiva vivir es conocer. De este modo, la experiencia humana se manifiesta en un espacio relacional. Y aunque biológicamente somos homo sapiens, *existimos como seres humanos en un espacio que se constituye en la relación con los demás.*

Así, nuestra "condición humana" adquiere un sentido en la manera de relacionarse unos con otros en el mundo que vivimos. Esta forma particular de presencia en el mundo de la cultura como una red cerrada de conversaciones constituye un lenguaje. El lenguaje, no son sólo palabras, es la interacción con otro, en un contexto, sea este familiar, educativo, laboral.

A veces, en la cotidianidad de los trabajos, las personas ven, pero no miran, se manejan desde universos plagados de creencias, supuestos, solitarias, sin decir y muchas veces sin nada que decir o con mucho que decir, pero no en ese contexto.

La mayoría de los seres humanos sigue experimentando la realidad como algo estático y objetivo, fruto de la física newtoniana. Todavía, está poco reconocido, considerar la realidad como un campo de interacción, donde la energía fluye e interacciona, experiencia que parte de la física cuántica de Einstein (1915), la "resonancia mórfica" de Sheldrake (1993), los campos electromagnéticos de Laszlo (2004).

En el Talmud se dice: **"La realidad no la vemos tal y como es, la realidad la vemos tal y como somos".**

Para captar la realidad entra en juego el proceso de creación, una dimensión muy importante para descubrir y percibir los hechos, las situaciones y los problemas. La imaginación por otra parte, elemento clave de la creatividad, va construyendo las estrategias correspondientes para elaborar su propia obra. El acto creativo no es improvisación, es inspiración e intuición que descubre algo nuevo en la realidad, que antes era desconocido, pero también es conocimiento, experiencia, trabajo y esfuerzo. No pretendemos que los empleados sean artistas, esa no es la idea que se quiere transmitir. Ni que el objetivo de los ámbitos laborales sean clubes de felicidad. Sí, que los espacios laborales introduzcan el concepto de creatividad, crecimiento y aprendizaje.

La creatividad es como la electricidad, siempre está ahí, pero necesita conectarse y encenderse y, en ocasiones, producir la corriente poderosa lleva tiempo. Ahora bien, crear no significa hacer a partir de nada, sino consiste en utilizar el material de que se dispone y combinarlo de acuerdo con esquemas originales, con material nuevo. Esto es aprendizaje.

Una de las problemáticas a mi parecer más reiteradas en los ambientes laborales, sobre todo en puestos bajos, líneas de staff, es el aburrimiento, la baja productividad, la desmotivación. De estos temas podríamos escribir días enteros, porque son temáticas que se pueden abordar de muchos lugares diferentes y de diversas líneas teóricas.

Pero sólo quiero dejar aquí, una línea de pensamiento a la cual adhiero y que considero posible de llevar a cabo: transformar la realidad en la cual estamos inmersos, para responder a algunas de las problemáticas enunciadas.

Para transformar la realidad hay que conocerla, reconocerla, asumirla y poder maniobrarla. La realidad objetiva no cambia, pero si la mirada que tenemos de ella, entonces la realidad se transforma.

Se transforma cuando se libera la creatividad de los seres humanos como diría Humberto Maturana, debe coincidir educación/capacitación y creatividad en un mismo afán transformador. Este proceso permanente de transformación debe generar espacios de autonomía, aunque sean mínimos, para que la persona se respete y respete a los demás. Para que las personas, sean: empleado, educandos, familia, etc. simplemente, no se aburran.

El aburrimiento, es el estado, menos tolerado por el ser humano.

Por qué las personas se aburren?

Se podrían dar muchas respuestas, pero generalmente una persona se aburre en los espacios laborales, cuando no hay metas claras, cuando se desconoce hacia donde se va, cuando no se siente parte de un proyecto, cuando no le encuentra un sentido a su tarea, cuando no interactúa con otros. Cuando tiene coartadas toda su capacidad creativa.

Basta recordar la emoción experimentada por nosotros cuando jugamos con amigos, cuando nuestras familias se reúnen o cuando amamos a una persona. La experiencia del "estar juntos", genera emociones que no podremos descubrir de otra manera. El aburrimiento, se espanta cuando hay otros en el juego. El mecanicismo agobiante de la rutina desaparece en el juego con otros.

Con esto no me estoy refiriendo a que los trabajos, los espacios educativos y las familias, deben convertirse en un parque de diversiones y nosotros en animadores socioculturales.

Me estoy refiriendo a lo que apunta Maturana en su libro Amor y juego, fundamentos olvidados de los humanos (2003): "la existencia humana, como la existencia de cualquier organismo, ocurre en el espacio relacional como un modo de vivir y convivir que se conserva de generación en generación de manera biológico/cultural. Esto quiere decir, en nuestro caso, que, aunque desde el punto de vista biológico nuestra identidad animal es Homo Sapiens, en nuestra existencia humana nuestra identidad es relacional y ocurre en el espacio que surge con otros en nuestro convivir y lenguajear, y existimos como seres que generan los mundos que viven como espacios culturales o redes de conversaciones en el entrelazamiento de coordinaciones de haceres y emociones"

Es un desafío, complejo, pero creemos posible...

Nuestra meta es poder colaborar, brindar herramientas, acompañarlo a detectar personas, recursos humanos, para que lo precario, frágil, rutinario, solitario, aburrido, líquido, al decir de Bauman de nuestra época y de nuestra práctica cotidiana laboral, tenga un sentido, una consistencia, un marco, un proyecto.

Qué sea posible armar equipos y que las personas que lo componen disfruten del hacer, se comuniquen, construyan y no sean meros receptores, cumplidores de interminables horas laborales, con escasa producción, que cada uno, pueda complimentar su rol, respetando a su par, como a la autoridad.

Porque así cuando existe el no, se puede abrir un sí por otro lado, cuando hay ley, también hay deseo (ganas), cuando hay espacio de comunicación y respeto, hay posibilidad genuina de trabajo.

Cuando las personas trabajan (hacen y crean, con otros) y se encuentran en un entorno saludable, no solo que baja la incidencia de las reiteradas enfermedades, sino que no se aburren y no se van fácilmente de las organizaciones, trayendo aparejadas cuantiosas pérdidas, ya sea económicas, como intelectuales.

Una persona que produce, goza de buena salud.

Cuando preguntan a Sigmund Freud al final de su vida lo que es para él un ser humano sano, contesta: «Aquel que es capaz de trabajar y de amar».

La salud, no es un tema solo de la biología. Salud es un: "Estado de completo bienestar mental, físico y social, y no meramente la ausencia de enfermedad o dolencia". (O.M.S., 1946)

En Psicología de las masas Freud escribe que en el desarrollo de la Humanidad, como en el individuo, es el amor que ha revelado ser el principal factor de civilización, y aún quizá el único. El amor nace de un trabajo en común. Y esto, también se extiende a todos nuestros roles/ funciones/tareas laborales y quehaceres cotidianos: amar lo que uno hace, todos los días. O al menos disfrutarlo, que no es tema menor, ni imposible, cuando sabemos adónde vamos y quienes nos acompañan en este maravilloso camino, que construimos, al andar.

Lic. María Silvina Rode
MN:38909
Socia- fundadora de Crearerh