

CRECIMIENTO PSICOLÓGICO: DE LA DESESPERANZA A LA ESPERANZA ACTIVA

*Nancy Morales de Romero **

En este trabajo se presentan algunas reflexiones sobre el papel de la Esperanza Activa, la Esperanza Pasiva y la Desesperanza como teorías de la construcción del mundo y de la persona. Concretamente se presentan ideas y datos que apoyan el efecto que cada una de esas construcciones tiene sobre algunos indicadores del Crecimiento Personal. Esos

indicadores son el manejo del fracaso y de la incertidumbre como vías apropiadas al crecimiento psicológico y la flexibilidad y apertura personal como las puertas por las cuales se entra al mismo. Está escrito en un lenguaje sencillo accesible a lectores interesados en las áreas humanas o simplemente interesados en conocer su propio proceso de crecimiento.

Potencialidad y realidad

En principio, la gran mayoría de los seres humanos tienen la potencialidad de crecer psicológicamente durante toda su vida. Sin embargo, no todas las personas descubren ese proceso de crecimiento y lo aprovechan en la medida que pudieran hacerlo. Las explicaciones pueden estar en creencias variadas. Socialmente se cree, por ejemplo, que los humanos cumplen su etapa de crecimiento, biológico y psicológico, al pasar la adolescencia. Después de esa edad ya no hay más posibilidad de cambio ni de crecimiento. Otra explicación es que las personas no creen que jamás hayan tenido esa potencialidad de crecer psicológicamente. Otra explicación sería que las personas sí saben que pudieran eventualmente cambiar y crecer, pero eso significa arriesgarse y complicarse la

* PHD en Psicología Social y de la Personalidad. Universidad de Massachusset. Profesora Titular e Investigadora del Centro de Investigaciones Psicológicas de la U.L.A.

vida. Otra es creer que el crecimiento no depende de las acciones o gestiones de la persona susceptible de crecer sino de causas fortuitas no controlables. O se cree que todo está bien como está en el presente y que si ocurre algo nuevo que cambie las cosas, se aceptará pero sin ningún compromiso en el proceso interno de anticipación y construcción del cambio.

Cualquiera que sea la creencia o grupo de creencias manejadas como explicación, lo que parece ocurrir es que si esas creencias se instalan en las personas, la potencialidad de crecer es desperdiciada, y por lo tanto no ocurre el proceso que la convertirá en la realidad o realidades deseadas por el individuo. Las explicaciones o creencias que favorecerían el Crecimiento Psicológico serían aquellas que conducen a la gente a confiar en su potencialidad y en sí misma como agentes de su propia transformación. Entre la potencialidad de crecer y la realidad esperada, buscada y anhelada por el ser humano existe un proceso de construcciones de sí mismo, de los otros y de su mundo.

Ese proceso que media entre la potencialidad y la realidad es lo que se concibe como el crecimiento psicológico. Romero García (1991) lo define como un proceso mediante el cual la persona genera construcciones integradoras cada vez más complejas sobre su realidad interior y exterior y que significan para ella cambios positivos en la dirección de hacerse cada vez más humana.

Creer psicológicamente es estar-siendo, estar-inventándose, estar-construyéndose con miras a un ser mejor que es anticipado y esperado. Creer es un proceso dinámico de formularse hipótesis sobre sí mismo y el mundo, que se ponen a prueba, se corrigen, se ajustan y se reajustan. Una persona que crece como poeta es una persona que descubre su potencialidad para usar las palabras de una manera innovadora e impactante. Anticipa su realidad como poeta con una calidad y excelencia hipotetizada por ella misma. Se imagina su poema de una manera determinada. Escribe el poema y si él no se ajusta a la realidad anticipada, lo corrige, lo reescribe, lo construye hasta

alcanzar su realidad con la excelencia anticipada. Este proceso de construcción y reconstrucción lo hace con el poema por el poema mismo como resultado. Pero el mismo proceso lo hace con su persona como una forma de comprobar sus hipótesis sobre ella como poeta o poetisa. El proceso sirvió de puente entre su percepción de la persona como poeta potencial y el logro de su propia construcción como poeta real que, por supuesto, no terminará allí con el primer poema sino que seguirá permanentemente en la búsqueda de realidades cada vez más complejas.

Parte importante de ese proceso de crecimiento es la esperanza. La esperanza es justamente la anticipación de que la potencialidad se puede convertir en construcciones variadas de la realidad. La esperanza es la teoría con sus hipótesis y supuestos que la persona se formula anticipadamente sobre

lo que será ella misma y su mundo en el futuro, mediato o inmediato. Esperanza es visualizar lo que todavía no ha ocurrido pero que la persona "sabe", "quiere" y "puede" hacer que ocurra en el futuro y que por lo tanto activa, dirige y mantiene el proceso de crecimiento. Es decir, preconstruye el proceso que establece el puente entre la potencialidad (lo que sabe, quiere y puede) y la realidad (lo que logrará). De esta manera, la esperanza puede significar cambio y crecimiento personal si la teoría de la esperanza es abierta, flexible e innovadora. Si al anticipar la realidad, desde la potencialidad, se plantean construcciones alternativas y se desarrolla cada vez lo mejor, entonces la esperanza estará activando, impulsando y manteniendo el movimiento del crecimiento hacia un ser y un hacer futuros deseados.

De alguna forma la esperanza es la teoría propiciadora de las construcciones de la potencialidad (puedo vs. no puedo), del proceso de crecimiento psicológico (generación de construcciones integradoras) y de la realidad deseada (niveles altos de humanidad). Lamentablemente, la esperanza es aprendida socialmente y no es igual para todos los individuos. Esto significa que algunas personas no aprendieron a tener esperanza de cambio y crecimiento (Desesperanza). Otras aprendieron que el cambio y el crecimiento vienen sólo y les pasa a todos por igual, sólo hay que esperarlo (Esperanza Pasiva). Pero existen otras que aprendieron que el cambio y el crecimiento dependen de como usen sus potencialidades por medio de sus pensamientos, sentimientos y acciones para alcanzar la realidad que aspiran (Esperanza Activa). En la siguiente sesión se tratará la relación entre el crecimiento psicológico y esos tipos de esperanza.

La Desesperanza, la Esperanza y los indicadores del Crecimiento Psicológico

Seligman (1990) expone que algunas personas pasan por experiencias mediante las cuales aprenden que nada de lo que ellas hagan importa y que sus conductas no tienen ningún efecto en la producción de los resultados esperados. Esa experiencia les enseña a creer y esperar que en el futuro y en las situaciones nuevas, sus acciones serán siempre inútiles. Este fenómeno es conocido como la Desesperanza aprendida. Las personas que construyen el mundo y a sí mismas por medio de la Desesperanza no creen que sus acciones tienen nada que ver con el cambio y el crecimiento. Las cosas no cambiarán de ninguna manera y la persona se siente impotente (sin potencialidad) e inútil para causar cambios o progreso. Esa creencia parece ser el núcleo de la derrota y del fracaso. Interpretando en términos de control, las personas no tienen ningún control

personal sobre su proceso de crecimiento, la conducta es causada por fuentes desconocidas.

Por otra parte, parece inherente a los seres humanos la existencia de la esperanza, una disposición motivacional asociada con la creencia en la ocurrencia de un evento futuro deseado, el cual es evaluado por la persona como importante y posible aunque incierto (Morales de Romero, 1990). En la esperanza existe la posibilidad, la oportunidad, la potencialidad del proceso de cambio y de crecimiento. Por supuesto existe también la duda, puede ser por temor a no alcanzar la realidad deseada, o porque la misma es desconocida, incierta y nueva. Esa duda no es negativa. Por el contrario, es lo que permite que la persona se aventure al riesgo de crecer.

Como se dijo antes, la esperanza es aprendida de diferentes maneras. La Esperanza Pasiva está fundamentada en la creencia que los resultados deseados ocurrirán de todas formas sin ninguna participación de la persona para que sucedan. La realidad que la persona espera tendrá que pasar porque es importante para ella y ella se la merece. Cambiar y crecer psicológicamente vendrán, como el crecimiento biológico, porque tienen que venir, porque la gente no se queda infante. Las personas aprendieron que algo eventualmente ocurrirá que cambiará la situación actual y la transformará en una mejor. Las conductas de la persona no tienen que ver con el cambio, pero eso no importa, porque de todos modos algo bueno pasará y sólo hay que esperararlo. No se piensa ni en la derrota ni en el fracaso.

Parece que las personas de Esperanza Pasiva creen tener poco control sobre los resultados y es por eso que solamente esperan pasivamente que las transformaciones ocurran para convertirse en mejores personas. De hecho se encontraron correlaciones moderadas y significativas, en una muestra de jóvenes estudiantes, entre Esperanza Pasiva y variables que miden las creencias en control. La correlación con Control Impersonal, creencia en que fuerzas externas de tipo impersonal (suerte, destino) controlan los resultados (Romero García, 1993) es de .55. Con Incontrolabilidad, creencia en que nuestra conducta está determinada por fuentes desconocidas (Romero García, 1993) es de .40. Por el contrario, la correlación con Autodeterminación, creencias que la persona es origen de sus acciones y responsable de las consecuencias de esas acciones (Romero García, 1993) es nula. Estas correlaciones indican que cuanto mayor es la esperanza Pasiva mayores son las creencias en que fuerzas externas o desconocidas, en vez de las personales, controlan la vida y su desarrollo.

La Esperanza activa se basa en la creencia de las personas en que ellas pueden, saben, deben y quieren actuar para que ocurran los resultados deseados. El proceso de crecimiento psicológico es anticipado, formulado, activado, dirigido y mantenido por la persona. Sus propias acciones tendrán efecto en cambiar la

situación y producirán los resultados deseados. Si por algún motivo se fracasa o hay una derrota, servirá para iniciar nuevas acciones personales. En otras palabras, iniciarán nuevas construcciones y reconstrucciones. Las personas que construyen y anticipan el crecimiento desde la Esperanza Activa confían en que pueden trabajar y ejercer cierto control sobre la realidad esperada.

Las correlaciones de la Esperanza Activa con Control Impersonal, en la misma muestra citada, fue de -0.37 , la cual indica que cuanto mayor es la Esperanza Activa más baja es la creencia en que el control es ejercido por fuerzas externas e impersonales. La correlación con Incontrolabilidad fue también negativa pero no significativa (-0.18), indicando que las fuentes desconocidas de control no tienen relación con la Esperanza Activa. Por el contrario, la correlación con Autodeterminación fue moderada, positiva y significativa (0.29), lo cual indica que cuanto mayor la Esperanza Activa, más se sienten las personas agentes de sus conductas y responsables de las consecuencias de ellas. En otras palabras más se sienten en control personal sobre su propio proceso de crecimiento.

Manejo de la Incertidumbre y del Fracaso

El fracaso y la incertidumbre son indicadores mediante los cuales se mide el crecimiento psicológico. Romero García (1991) afirma que el crecimiento significa manejo abierto y creativo de la incertidumbre sin exigir total consistencia o definición. Para crecer y para cambiar hay que estar consciente que todo momento futuro es nuevo y por lo tanto incierto. Si no se tolera la incertidumbre de lo desconocido, no se puede crecer. Manejar la incertidumbre no significa ignorarla o huirle; significa acercarse a la certeza mediante el control de todos los aspectos al alcance. En otras palabras, manejar la incertidumbre significa reducirla, convirtiendo lo desconocido en algo excitante, retador y lo más seguro que sea posible.

Por otra parte, para crecer se necesita manejar adecuadamente el fracaso. En el camino a recorrer desde la potencialidad a la realidad deseada, seguramente se fallará algunas veces. Esos fracasos son casi inevitables y además son necesarios para que las personas experimenten por sí mismas la calidad verdadera de su potencial: El fracaso da la oportunidad de recibir retroinformación sobre las construcciones hechas y hacer los ajustes necesarios en la ruta del crecimiento. Si la persona no reconoce el fracaso, se cierra en una sola construcción de la realidad y de sí misma, cerrando así la continuidad del proceso de crecimiento y limitando el sistema persona.

Las construcciones del fracaso y de la incertidumbre están muy relacionadas entre ellas. La inseguridad de lo desconocido hace que algunas personas no enfrenten el riesgo de fracasar o lo enfrenten de manera emocional y un poco aventurera, mientras que otras personas lo enfrentan más racionalmente. En un estudio realizado por Carrasco y Morales de Romero (1992) se encontró que el riesgo de lo incierto es construido por tres grupos de personas diferentes de tres maneras también diferentes.

Las personas temerosas del fracaso (baja Esperanza Activa) en un 64% escogieron la meta más fácil de cuatro ofrecidas para seleccionar. Además reconocieron haberla seleccionado porque le garantizaba la ausencia de riesgo, por ser la más segura y la que les daba más confianza. Su ejecución real (50%) estuvo por debajo de la esperada por ellos mismos (70%). Tanto las personas que fracasaron como las que tuvieron éxito se sintieron por igual orgullosas, satisfechas y agradadas. Esto parece indicar que el fracaso no es construido como inadecuado o ni siquiera es construido como fracaso. La derrota en algo fácil no es derrota, puesto que el involucramiento personal está minimizado. Nadie se emplea a fondo en una tarea rutinaria y fastidiosa (p.e., meter monedas en una caja). Fallar en una meta fácil no hace sentir vergüenza, tristeza, ni confusión.

Cuando los sujetos tuvieron la oportunidad de seleccionar una nueva meta, después de la primera experiencia, prefirieron la más difícil de las cuatro. Esto muestra que el manejo de lo incierto es más emocional que racional, moviéndose la persona de lo fácil que no representa riesgos y evita el fracaso, a lo muy difícil que representa grandes riesgos y aventura emocionante, aunque el resultado sea imposible.

Las personas arriesgadas (alta Esperanza Pasiva) en un 65% seleccionaron la meta más difícil de las cuatro. Argumentaron haberla seleccionado porque era más interesante, retadora, era agradable e importante por ser más difícil. El éxito en esa meta sería más impresionante más impactante porque representaba mayor riesgo. Su ejecución real (10%) fue inferior a la esperada (50%), siendo además la diferencia entre las dos mayor (40%) que la diferencia para los temerosos (20%).

De nuevo tanto los que fracasaron como los que tuvieron éxito experimentaron más sentimientos gratificantes (orgullo, satisfacción, optimismo y agrado) que sentimientos no gratificantes (pena, vergüenza, tristeza, confusión). Esto sugiere que quizá sus sentimientos están más relacionados con haber seleccionado una meta muy difícil y muy excitante que con el resultado alcanzado. Haber participado en esa meta era posiblemente considerado un éxito, independientemente del resultado obtenido. Lo cual sugiere que no se maneja una construcción racional del éxito y del fracaso sino más bien una construcción ilusoria, irrealista y aventurera.

Al tener oportunidad de seleccionar una nueva meta su tendencia fue a mantenerse en la misma o cambiarse a la más fácil. Pareciera que el evento incierto es construido de manera emocional confiando en la fe, el deseo, el azar y el optimismo. Al igual que los temerosos, los arriesgados saltan del miedo a la aventura o de la aventura al miedo, sin reflexionar sobre las consecuencias de su escogencia y de su ejecución.

Las personas **realistas** (alta Esperanza Activa) en un 76% seleccionaron las metas de moderada dificultad. Reconocieron haberlas seleccionado porque podían cumplirlas, estaban seguras de lograrlas, eran capaces de acertar en ellas, era un reto intermedio y moderado, podían dominar y controlar la distancia, tenían habilidad. Su ejecución real promedio (48%) estuvo cercana a la esperada (61%), siendo la diferencia entre ellas la más baja de todos los grupos (13%).

Otro aspecto diferente de las personas realistas fue que las emociones experimentadas ante el éxito y el fracaso fueron distintas. Las personas que tuvieron éxito experimentaron más sentimientos gratificantes (orgullo, satisfacción, optimismo y agrado) que no gratificantes (pena, vergüenza, tristeza, confusión). Mientras que los que fracasaron experimentaron más sentimientos no gratificantes que gratificantes. Esto sugiere que las personas realistas identifican el fracaso como fracaso y lo manejan diferente que el éxito. La incertidumbre y el fracaso son construidos por las personas realistas como una forma de ponerse a prueba y de crecer.

Al tener una nueva oportunidad de selección, estas personas escogieron de nuevo las metas moderadas, mostrando seguridad en que podían manejar la incertidumbre de la meta seleccionada. Lo que sugieren los resultados es que las personas realistas aprovechan la información de la experiencia con lo incierto para convertirlo en más seguro por medio del control racional de todos los factores. Usan la experiencia del fracaso o éxito para continuar creciendo ajustando y reajustando sus construcciones, abiertas a nuevas experiencias. Resultados semejantes a estos habían sido ya encontrados con estudiantes universitarios en una situación real de anticipación de notas en un examen (Morales de Romero, 1990).

Tomando los resultados de estos estudios globalmente, se puede decir que los temerosos del fracaso están básicamente motivados por la seguridad con origen en la inseguridad. Esto quiere decir que como no están seguros de su posibilidad de éxito, necesitan muy fuertemente aferrarse a la seguridad de lo familiar. La seguridad es extremadamente importante para ellos y quieren tener absoluta certeza para resolver su conflicto con lo incierto. La incertidumbre les asusta y no la enfrentan, prefieren lo conocido y cercano. Miedo al fracaso

significa miedo a lo incierto, miedo al riesgo, preferencia por lo fácil y rápido de alcanzar. Significa preferencia por la comodidad de no tener que controlar nada, de no complicarse la vida. Significa conformismo con lo que se pueda alcanzar fácilmente sin ningún esfuerzo y ningún gasto de energía física o mental.

El facilismo, la comodidad y el conformismo que acompañan al temor al fracaso y a la incertidumbre, frenan de alguna manera la posibilidad de crecimiento. La persona que no enfrenta lo incierto pierde la oportunidad de hacer descubrimientos, de conocer lo que todavía no es, de explorar los senderos del después, de encontrar el territorio que todavía nadie ha encontrado, de ser pionero de sí mismo. La persona que no enfrenta el fracaso no es un ente creador capaz de rehacer y renovar los hechos dados. Es un ente latente que no se prueba que escoge ser siempre igual, que prefiere no ganar a la afrenta de perder. No enfrentar el fracaso es también no enfrentar el éxito, puesto que aferrarse a la seguridad y a lo conocido no se avanza en ninguna dirección, ni para ganar ni para perder.

Los arriesgados, por su parte, parecen motivados por la aventura con origen también en la seguridad. Si el individuo no se siente seguro de sus potenciales personales para triunfar, se aferra fuertemente a los hechos fortuitos y deseados. Confía en la casualidad, en la suerte y en los cambios que ocurrirán por él mismo. De alguna manera entonces los arriesgados también le temen al fracaso y a la incertidumbre, no los enfrentan. Lo desconocido los asusta, los atemoriza, los amenaza. Pero para no mostrar su miedo se retan con resultados inalcanzables. O quizá retan al miedo, atacándolo con estrategias de un supuesto valor desmedido y arrollador.

Por el miedo (al fracaso y a la incertidumbre) y la necesidad de mantener su orgullo, las personas pueden escoger para triunfar, estrategias brindadas fácilmente por la cultura, pero moralmente inadecuadas. Si la persona se siente insegura de su propia habilidad y experticia, para alcanzar la seguridad que no le dan sus recursos personales, puede recurrir a la trampa y a la mentira, corriendo riesgos exagerados. Una persona desesperada porque no se siente capaz de triunfar, pero tampoco se puede dar el lujo de fracasar, se puede asegurar de alcanzar los resultados deseados por los caminos torcidos de la corrupción. El miedo al fracaso y a la búsqueda emocional del éxito mediante la aventura del riesgo exagerado, conducen a las conductas de viveza. En resumen, la inseguridad que está en la base del miedo al fracaso y a la incertidumbre, conduce a la búsqueda de la seguridad por los caminos aparentemente fáciles de la corrupción y la viveza, pero que a la larga son arriesgados, aunque quizá proporcionan al individuo la satisfacción y el orgullo de ser supuestamente más valientes, osados, aventureros y vivos que los demás.

Tómese, por ejemplo, un estudiante que no se siente seguro para un examen porque no está bien preparado, pero que tampoco está dispuesto a fracasar. Puede escoger la estrategia de copiarse de un compañero, de comprar el examen o de comprar, por algún medio, a alguna persona que poseía el examen. De igual manera, un líder que no se siente capaz de ganarse la voluntad de sus seguidores por medio de sus méritos, podría comprarla, utilizando recursos de la organización que no le pertenecen. Un trabajador que no está seguro de hacer bien su trabajo puede usar al sindicato y manipular por medio de una supuesta debilidad social para ganar protección y seguridad.

Para el Crecimiento Psicológico es muy importante creer en la utilidad de nuestras propias acciones para reducir la incertidumbre; creer en que nuestras propias acciones pueden fracasar en la búsqueda de la realidad deseada, pero que igualmente pueden reconstruir el fracaso como una experiencia enriquecedora. Manejar la incertidumbre como una oportunidad de formularnos nuevas hipótesis sobre lo no-conocido y apreciar el fracaso como lección de vida, son rutas adecuadas para pasar de la potencialidad a la realidad, es decir, forman parte del proceso de Crecimiento Psicológico. Esas creencias, pensamientos, sentimientos y acciones forman parte de la Esperanza Activa. Después de todo, la anticipación de la realidad todavía-no vivida opera en el campo de la Esperanza Activa que es opuesta al miedo y a los recuerdos de lo ya-vivido. Crecer psicológicamente es caminar hacia lo nuevo.

Flexibilidad y Apertura al cambio

Incorporarse a lo nuevo amerita de flexibilidad por parte de la persona en crecimiento. Ser flexible significa tener permeabilidad hacia nuevas construcciones, hacia el cambio y la innovación (Romero García, 1991). Ser flexible significa aceptarse y aceptar a los demás; aceptar los cambios en las situaciones y en las personas; disfrutar del resto de redefinir cada evento, cada persona, cada situación. Significa ser constructor de lo nuevo, ser extensión del futuro. Es algo más que tolerar a los que no son como uno, o a las situaciones que nos son desconocidas. Es ver el horizonte cada vez más lejano, pero acercarse a él sin perder las ganas de luchar.

Ser flexible es participar del tejido de los tiempos por venir, dando las puntadas que consideramos acertadas para tejer la realidad que se convertirá en mejor humanidad. Es darse cuenta que hoy se siente un potencial que sirva para la realidad que hoy se espera, pero que mañana se estará buscando otra realidad y entonces se necesitará otra potencialidad. Es comprender que hay que abrirse a aprender esa o esas nuevas potencialidades y esa o esas nuevas

realidades. Es comprender que cualquier congénere que participe de nuestro mundo puede ayudarnos a crecer, por afinidad o por oposición.

La apertura al cambio es definida como un estado psicológico que permite a las personas abrirse a nuevas experiencias sin centrar la atención en la valencia del resultado. Las situaciones de máxima exigencia por crear, inventar, diseñar o producir son momentos de máxima apertura, de producción de construcciones alternativas variadas (Romero García, 1993). Estar abierto al cambio es estar dispuesto a crecer, a convertirse en una persona nueva cada vez. Es hacer valer su derecho personal a ser alguien más, alguien mejor.

Pero solamente pensar o desear el cambio no nos enfrenta con el futuro (el espacio abierto para el nuevo desarrollo que tenemos frente a nosotros). El punto crucial es una combinación consciente de teoría y práctica que confronte el porvenir y lo que se pueda decidir dentro de él. Por el contrario, el conocimiento contemplativo se refiere solamente a la definición del cambio que ya ocurrió (Bloch, 1986). Los cambios que ya ocurrieron son solamente historia y nos sirven como referencia para construir los cambios de devenir, pero contemplarlos silenciosa y emocionadamente no nos ayuda a incorporar nuevas construcciones para crecer. Lo que pasó pudo ser muy hermoso pero más lo será lo que seamos capaces de incorporar a nuestra realidad.

El ser humano es un hacedor de futuro, es un constructor de mundos dinámicos y cambiantes que son, en definitiva, él mismo en su proceso de crecimiento que nunca se detiene. La teoría de la **Esperanza** con sus supuestos e hipótesis le sirve para la construcción de sí mismo y de su realidad en la cual están incluidos los demás. Como lo afirma Bloch (1986), la esperanza se refiere a los más distantes y brillantes horizontes del hombre. Esos horizontes se suponen abiertos a la acción del ser humano y sólo depende de ese ser humano que ellos sean construidos con apertura y flexibilidad.

De nuevo, la teoría de la esperanza que las personas manejen les permitirá o no usar la apertura al cambio y la flexibilidad. Las personas de Desesperanza aprendida creen que nada de lo que hagan importa para que las cosas cambien; por lo tanto, no cambiarán. De acuerdo a Seligman (1992) el estilo atribucional o explicativo (la manera en que las personas se explican por qué pasan las cosas) es un moderador de la desesperanza. Hay personas que piensan que ellas son responsables de su fracaso (atribución interna = yo); que el mismo depende de una incapacidad personal que no puede modificarse (atribución estable = no puedo); y que el fracaso es global porque afecta toda su vida (atribución global = las cosas nunca cambiarán). Estas personas parecen funcionar determinadas por una macroatribución que le da una explicación general a su existencia. Es una atribución interna-estable-global: "Yo no puedo hacer nada para cambiar las cosas".

Bajo esa teoría de sí mismo y de su mundo, esas personas abandonarían cualquier oportunidad de cambio y se cerrarán a aceptar que el mundo puede ser modificable. Se comportarán rígida e inflexiblemente ante la realidad que consideran estática. Se sentirán impotentes para imaginar otra realidad que no sea la que tienen ante sus ojos y no podrán ver otros caminos diferentes.

Las personas de Esperanza Pasiva creen que las cosas cambian por sí solas, por efecto de la historia y la evolución natural. Piensan que algún día el cambio les tocará de cerca y les corresponderá disfrutarlo. Y si llega ese día aprovecharán la oportunidad, se aventurarán, se arriesgarán. Pero si no llega seguirán esperando pasivamente. Esa teoría no parece permitirles ser abiertos al cambio ni tener flexibilidad personal.

Las correlaciones encontradas entre Esperanza Pasiva y las variables Actitud hacia el Cambio (-.16) y Apertura al cambio (.16) fueron bajas y no significativas, indicando que no existe ninguna relación entre ellas. La correlación con Flexibilidad personal (-.25) fue negativa y significativa, indicando que cuanto mayor es la Esperanza Pasiva menor es la flexibilidad. Pareciera que la Esperanza Pasiva no es una característica que ayude al Crecimiento Psicológico, puesto que no se relaciona o se relaciona negativamente con sus indicadores.

Las personas de Esperanza Activa, en cambio, creen que el mundo puede cambiarse por las acciones personales. La macroatribución en este caso sería: "Yo sí puedo cambiarme y cambiar las cosas con mis acciones". Es una atribución interna, pero es inestable. Si se falla se pueden intentar nuevas acciones, nuevas construcciones alternativas. No es una atribución global que invada para siempre la vida, puesto que se construye el mundo como cambiante. El hecho de disponer de un abanico de construcciones da flexibilidad para intentar de nuevo y por caminos diversos la búsqueda de la realidad anhelada. Por supuesto, es difícil que las personas de Esperanza Activa abandonen su proceso de crecimiento porque siempre tienen la potencialidad de empezar de nuevo.

Las correlaciones encontradas entre esperanzas Activa y Actitud hacia el cambio (.31), Apertura al cambio (.23) y Flexibilidad (.43) fueron todas positivas y significativas, indicando que la Esperanza Activa está asociada positivamente con la apertura al cambio y la flexibilidad como características de las personas. Estos resultados hacen pensar en la Esperanza Activa como una teoría personal de construcción apropiada para el crecimiento Psicológico ya que permite el proceso de generación de nuevas construcciones que significan cambios hacia una realidad superior.

Responsabilidad de la Esperanza y la Desesperanza en el Crecimiento Psicológico

La Incontrolabilidad personal puede ser considerada una forma de desesperanza: creencia en que nada de lo que haga afectará los resultados puesto que ellos están determinados por fuentes desconocidas. Usando los puntajes en una escala de Incontrolabilidad personal (Romero García y Salom de Bustamante, en preparación) como medida de Desesperanza y los puntajes en Esperanza Activa y Pasiva, se realizó un análisis de Regresión Lineal Múltiple, modalidad "Stepwise" sobre el Crecimiento Psicológico. El estudio se realizó con una muestra de 79 estudiantes de cuarto año de bachillerato seleccionados a nivel nacional como estudiantes excelentes para un programa especial de entrenamiento. Este tipo de análisis muestra el impacto conjunto y por separado que las variables independientes (Esperanzas, Desesperanza) tienen sobre la variable dependiente (Crecimiento) y el orden de importancia determinado por el orden de entrada en la ecuación explicativa.

Los resultados muestran que en total las variables explican el 35% de la varianza sobre el Crecimiento. El 23% de esa varianza corresponde a la Desesperanza (Incontrolabilidad), la cual entró en primer lugar, el 12% corresponde a la Esperanza Activa, que entró en segundo lugar. La Pasiva no entró en la ecuación, demostrando que su impacto sobre el Crecimiento es nulo.

Vistos los resultados de esta manera, pareciera que la variable más importante en la explicación del Crecimiento es la Desesperanza puesto que tiene el porcentaje de varianza mayor y aparece en primer lugar en el modelo. Pero para verificar el efecto separado de cada variable y su direccionalidad se emplean los coeficientes de regresión estandarizados. El coeficiente de regresión

asociado a la Desesperanza fue negativo (-.42) y el de esperanza Activa fue positivo (.37). Esto significa que los cambios en la intensidad de cualquiera de esas dos variables producirá cambios en la intensidad del Crecimiento Psicológico. Pero esos cambios tienen direcciones opuestas: cuando aumenta la Desesperanza disminuye el Crecimiento pero cuando aumenta la Esperanza Activa aumenta el Crecimiento.

De esta manera el efecto más importante es el de la Esperanza Activa puesto que es positivo y facilita el crecimiento, mientras que el efecto de la Desesperanza es negativo y por lo tanto inhibidor del mismo. El aporte de la Esperanza Pasiva es nulo, indicando que no existe relación entre desear y esperar pasivamente y el crecimiento. Esta información sirve de apoyo a lo que se ha planteado a nivel teórico en este papel.

Se supone que para crecer es indispensable estar dispuesto al cambio. Abrirse a nuevas oportunidades de aprendizaje. Exponerse a cualquier modificación del ser interior y de la realidad. Es también importante creer que el mundo es cambiante y que las personas deben cambiar con él, de lo contrario no hay transformación y sin ella no hay crecimiento.

Utilizando un análisis de Regresión similar al anterior se verificaron los efectos de la esperanzas y la desesperanza sobre la Disposición al Cambio, definida como un estado psicológico que permite a la persona abrirse a nuevas experiencias sin centrar la atención en la valencia del resultado (Romero García, 1993). Se operacionalizó por medio de la suma de los puntajes alcanzados en 3 subescalas que miden aspectos relacionados con el cambio personal y social: Actitud hacia el Cambio, Apertura al Cambio y Flexibilidad (Romero García y Salom de Bustamante, en preparación).

Los resultados mostraron que el porcentaje de varianza total explicada fue de 25%, correspondiendo un 20% de la varianza a la Esperanza Activa (que entró de primera) y un 5% a la Desesperanza. De nuevo el efecto de la Esperanza Pasiva fue cero. Al examinar los coeficientes de regresión estandarizadas, el de Esperanza Activa fue de .41 y el de Desesperanza fue de -.26. Esto indica que también en la Disposición al Cambio, los efectos de las dos variables tienen direcciones opuestas. Al aumentar la Esperanza Activa aumenta la intensidad del Crecimiento, pero al aumentar la Desesperanza disminuye la intensidad del Crecimiento.

En conclusión desde el punto de vista de la anticipación de los hechos inciertos y probables, la Esperanza Activa parece ser la responsable principal del Crecimiento Psicológico y de la Disposición al Cambio como procesos de generación de nuevas construcciones integradoras que permiten el paso de la potencialidad a la realidad anhelada como seres humanos. La Desesperanza tiene una realidad inhibidora de estos procesos, disminuyendo su intensidad y cerrando la posibilidad de alcanzar la realización que todo ser humano merece. La Esperanza Pasiva no aporta nada al crecimiento pero tampoco parece inhibirlo; simplemente no tienen ninguna responsabilidad en el mismo.

Esperanza y Desesperanza: ventajas y desventajas para el Crecimiento Psicológico

Puede decirse entonces que la Esperanza Activa tendría ventajas para el Crecimiento Personal, mientras que la Desesperanza y la Esperanza Pasiva tendrían desventajas para el mismo. Esas ventajas o desventajas estarían

ubicadas en cuatro áreas del funcionamiento psicológico: motivacional, cognitivo, emocional y conductual.

Area motivacional. La Esperanza Activa energiza acciones para alcanzar los resultados deseados o cambiar los indeseados. La desesperanza no energiza el esfuerzo por cambiar los resultados porque no existe la creencia en que cambien. La Esperanza Pasiva tampoco energiza el esfuerzo por cambiar los resultados porque se cree que cambiarán solos.

Area cognitiva. Con la Esperanza Activa la persona ensaya y aprende nuevas construcciones que le ayudan a alcanzar los resultados deseados o a evitar los indeseados. Puede anticipar en su mente su potencialidad y la realidad que quiere alcanzar. Con la Desesperanza la persona fracasa en el aprendizaje de nuevas construcciones porque no se cree capaz de lograrlas. No hay anticipación ni de la potencialidad ni de la realidad. Con la Pasiva tampoco se ensayan o aprenden nuevas construcciones porque no son necesarias. Sólo hay la anticipación imaginaria de un resultado ilusorio.

Area emocional. La Esperanza Activa produce emociones positivas ante el éxito y negativas ante el fracaso en los resultados. La Desesperanza conduce a la depresión y otras emociones negativas. La Esperanza Pasiva produce emociones positivas tanto ante el éxito como ante el fracaso en los resultados esperados

Area conductual. La esperanza Activa genera variedad de acciones dirigidas a la construcción y reconstrucción de los eventos y sus resultados. La Desesperanza produce pasividad y paralización de las acciones puesto que se construyen como inútiles. La Pasiva produce igualmente pasividad porque lo único que debe hacerse es esperar.

Teniendo en mente esas ventajas y desventajas, sería importante reflexionar sobre la manera en la cual ese paquete de características anticipatorias (esperanzas y desesperanza) pueden ser utilizadas por las personas para favorecer el proceso de Crecimiento Personal. Parece obvio que lo más indicado sería convertir la Desesperanza y la Esperanza Pasiva en Esperanza Activa con la finalidad de que las personas se garanticen una teoría consistente sobre sí mismos, los otros y el mundo.

Teoría que le permitiría visualizar lo que todavía no ha ocurrido, que es incierto pero posible y que por lo tanto energizaría la lucha por descubrirlo, por incorporarlo. Teoría que les permitiría generar cada vez nuevas hipótesis, controlar los datos, poner a prueba las predicciones, revisar los resultados, formular nuevos supuestos y acumular sistemas completos de pensamientos. Teoría que les permitiría a las personas sentirse felices y orgullosas por los resultados que confirman sus predicciones y sentirse tristes y avergonzados

cuando las mismas fracasan; pero sin que esto les estimule a abandonar sino más bien a continuar la lucha hacia lo nuevo.

Esa teoría sería la anticipación, la energización, la conducción y el mantenimiento del proceso de convertir la potencialidad en la realidad. Sería la creencia en que el ser humano canaliza su propio crecimiento y que se dirige hacia sí mismo cada vez como a un universo virgen e inexplorado, donde el único explorador competente es la persona misma. La verdadera historia del hombre es el camino en la búsqueda de lo que todavía-no-ha-sido, es su crecimiento. El ser humano no puede dejar de soñar con su futuro y sentarse a añorar su pasado. Tiene que crecer.

Referencias

- Bloch, E. (1986). **The principle of Hope**. Cambridge: The MIT Press.
- Carrasco, C. y Morales de Romero, N.M.(1992). Esperanza y toma de riesgos. Memorias **EVEMO 4**, 75-82.
- Morales de Romero, N.M. (1990) **Construyendo la Esperanza**. Mérida: Ediciones ROGYA
- Romero García, O. (1991). **Crecimiento Psicológico y motivaciones sociales**. Mérida: Ediciones ROGYA.
- Romero García, O. (1993). Potencial de crecimiento personal, disposición al cambio y desarrollo social. **Espacio Abierto** (Cuaderno Venezolano de Sociología), Año 1, N° 2, Junio 1993.
- Romero García, O. y Salom de Bustamante, C. (En preparación). Inventario MOSAL. Mérida: Documentos ROGYA
- Romero García, O. y Salom de Bustamante, C. (En preparación 2). Inventario CRECO. Mérida: Documentos ROGYA
- Seligman, M.E. (1990). **Learned Optimism:How to change your mind and your life**. New York: Pocket Books.