

Título: Constructivismo y Coaching Ontológico

Autor: Oscar Anzorena MCOP

Dirección de Investigación y Desarrollo. Registro de Investigaciones y Aportes

Constructivismo y Coaching Ontológico

*“Tus creencias no están hechas de realidades,
sino más bien es tu realidad la que
está hecha de tus creencias”*

Richard Bandler

Durante siglos existió la opinión generalizada de que podemos percibir la realidad tal cual es y que logramos tener acceso directo al mundo exterior independientemente de las condiciones biológicas, cognitivas y emocionales de las personas. Este postulado ha constituido durante largo tiempo el paradigma dominante en los ámbitos científicos y académicos.

El aspecto básico de esta concepción, conocida como epistemología empirista o racionalista, es que vivimos una realidad única e igual para todos, que percibimos las cosas tal cual son y que podemos tener un conocimiento “objetivo” de la realidad. Se considera que el observador puede ser neutral en tanto su mirada no influye ni condiciona aquello que observa y, por lo tanto, se supone que su observación puede corresponder a la realidad en forma autónoma a él.

A mediados del siglo pasado se planteó un fuerte debate y un cuestionamiento a este enfoque epistemológico. La corriente constructivista y post-racionalista, que rápidamente se ha expandido a todos los ámbitos del saber posibilitando importantes avances y desarrollos en las ciencias de la conducta humana, ha postulado que el aprendizaje es un continuo y activo proceso de construcción de conocimientos y que la observación del sujeto no es neutra, sino que el observador introduce un orden en lo que observa y que, por lo tanto, su percepción es tan dependiente de los hechos o acontecimientos externos a él como de su estructura personal (biológica, cognitiva, lingüística y emocional) que permite, pero a su vez condiciona la asignación de sentido a lo observado. Es decir, la **percepción siempre implica una activa construcción de sentido**, una atribución de significado a aquello que se observa.

En este sentido, Fritjof Capra¹ plantea que la física cuántica derrumbó la concepción mecanicista newtoniana de la “descripción objetiva” de la realidad. Sostiene que “En física atómica es imposible mantener la distinción cartesiana entre la mente y la materia, entre el observador y lo observado. (...) Los modelos que los científicos observan en la naturaleza están íntimamente vinculados a los procesos de sus mentes, a sus conceptos, pensamientos y valores”. Es decir, en esta concepción el observador no aparece con un carácter neutro, sino que su observación es parte constitutiva de lo que observa.

Por su parte, Harold Brown² afirma que “uno de los puntos de partida de la nueva Filosofía de la Ciencia es el ataque a la teoría empirista de la percepción”. Brown acuña el concepto de “*percepción significativa*” para rebatir la opinión de que la percepción nos proporciona hechos puros y sostiene que “el conocimiento, las creencias y las teorías que ya sustentamos juegan un papel fundamental en la determinación de lo que

¹ Capra Fritjof, “*El punto crucial*”, Editorial Estaciones, Bs As., 1992

² Brown, Harold: “*La nueva imagen de la ciencia*”, Tecnos, 1988

Título: Constructivismo y Coaching Ontológico

Autor: Oscar Anzorena MCOP

Dirección de Investigación y Desarrollo. Registro de Investigaciones y Aportes

percibimos (...) Un observador que carezca del conocimiento relevante no obtendrá la misma información al observar el experimento que un físico con experiencia, y hay, por lo tanto, un aspecto importante en el que el lego y el físico ven cosas diferentes al observar el mismo experimento". Y esto es así porque los seres humanos no observamos sólo con nuestros sentidos, observamos también con nuestras distinciones que son las que nos posibilitan asignarle sentido a lo percibido.

Sobre esta base del paradigma constructivista con relación a que la percepción humana siempre implica una acción de construcción de la realidad, se han generado diversos desarrollos conceptuales. Tal vez los más significativos son los que se conocen como "Modelos Mentales" y la "Teoría del Observador". Ambas miradas son complementarias y le agregan valor conceptual e instrumental al quehacer profesional del Coaching Ontológico. Realizaremos a continuación un breve desarrollo de cada una de ellas.

Modelos Mentales

Llamamos modelos mentales al conjunto de opiniones, teorías personales, valores, paradigmas, distinciones y creencias que utilizamos para percibir, analizar e interpretar todo tipo de fenómenos y circunstancias de nuestra vida. Estos modelos mentales ejercen una influencia determinante sobre nuestro modo de observar y comprender el mundo, y sobre nuestra manera de situarnos y de actuar en él.

Como un cristal que distorsiona sutilmente nuestra visión los modelos mentales condicionan nuestra percepción y el proceso de asignación de sentido a los mensajes y estímulos que recibimos. Determinan el enfoque de nuestra atención y la interpretación de cualquier acción o circunstancia que observemos, aun sobre nosotros mismos. Condicionan lo que vemos y lo que no, por qué seleccionamos algunos datos y obviamos otros, cómo vinculamos y relacionamos estos datos con información preexistente, y qué interpretación y valoración hacemos de todo ello. Y dado que establecen el modo de explicar el mundo, condicionan nuestra emocionalidad e influyen en nuestro comportamiento y en la forma en que nos relacionamos con las demás personas.

Todo ser humano se vincula con el mundo exterior, conoce, aprende, interpreta, toma sus decisiones y actúa a través de sus modelos mentales. Cada persona vive en su propio y único modelo del mundo, y es este modelo el que va a determinar la efectividad de la acción y la interacción de las personas.

El conocimiento de la realidad no es algo a lo que accedamos en forma neutra y directa, sino que lo construimos y organizamos en forma activa. Esto encierra la paradoja de que todo lo que observamos y concebimos es necesariamente la consecuencia de nuestros propios modos y estilos de percepción e interpretación. A partir de tomar conciencia de la existencia de nuestros modelos mentales y de que el proceso de percepción implica una construcción de sentido, podemos darnos cuenta, tal como nos lo señala el Talmud, de que *"vemos el mundo que es, de acuerdo a cómo somos"*.

Título: Constructivismo y Coaching Ontológico

Autor: Oscar Anzorena MCOP

Dirección de Investigación y Desarrollo. Registro de Investigaciones y Aportes

Nuestros modelos mentales establecen los límites de nuestro horizonte de posibilidades. De la manera en que observamos y valoramos nuestro entorno, conforme a cómo nos percibimos y evaluamos a nosotros mismos, se nos abren o cierran posibilidades.

El físico David Bohm³ sostiene que: “No solemos darnos cuenta de la forma en que nuestras creencias inciden sobre la naturaleza de nuestra observación, pero el hecho es que determinan nuestra forma de ver las cosas, de experimentarlas y, en consecuencia, afectan todo lo que hacemos”.

Teoría del Observador

Fue Humberto Maturana quien propuso que la vida debe ser entendida como un proceso de conocimiento en la realización del vivir en congruencia con el medio y quien demostró científicamente que el conocer es un fenómeno con un profundo componente biológico. Junto a su colega el neurobiólogo Francisco Varela, desarrolló la teoría conocida como “Biología del Conocimiento”.

Maturana plantea que los seres vivos somos **sistemas determinados estructuralmente** y los cambios que experimentamos como consecuencia de nuestras interacciones con el ambiente exterior están condicionados por nuestra dinámica estructural y no sólo por los fenómenos externos. El comportamiento de cualquier ser vivo no es únicamente el reflejo de los acontecimientos del entorno, sino que representa la reacción de su estructura interna activada por dichos acontecimientos. Es decir, la forma de percibir, interpretar y comportarse de cada persona frente a las circunstancias que le acontecen son reflejo de su propia “estructura” (biológica, cognitiva, lingüística, emocional).

Este enfoque tiene una incidencia vital en la ciencia del comportamiento humano ya que contradice la lógica de interpretar las conductas de las personas como determinadas por las circunstancias que la rodean. Generalmente cualquier reacción o conducta que tengamos la explicamos o justificamos en función de los acontecimientos que nos suceden. Por ejemplo, si lloramos decimos que la película nos emocionó y si nos irritamos argumentamos que la actitud de la otra persona nos alteró. Pero si tomamos conciencia de que nuestras acciones y reacciones están *determinadas estructuralmente*, tendremos que pensar que es nuestra estructura personal la que es “gatillada” por los hechos del entorno. Es nuestra manera personal de interpretar estos hechos de acuerdo al tipo de observador que estamos siendo la que motiva y condiciona nuestros comportamientos.

El observador no puede tener acceso a una realidad “objetiva” ya que es constitutivamente participante de lo que observa y sólo puede observar y accionar de acuerdo con lo que su estructura le permite. Es por esto que Maturana y Varela⁴ nos invitan a “darnos cuenta de todo lo que implica esta coincidencia continua de nuestro ser, nuestro hacer y nuestro conocer, dejando de lado nuestra actitud cotidiana de tratar a nuestra experiencia

³ Bohm David, “Sobre el diálogo”, Kairós, Barcelona, 2001

⁴ Maturana Humberto y Varela Francisco, “El árbol del conocimiento”, Editorial Universitaria, Chile, 1984

Título: Constructivismo y Coaching Ontológico

Autor: Oscar Anzorena MCOP

Dirección de Investigación y Desarrollo. Registro de Investigaciones y Aportes

con un sello de indubitabilidad como si reflejara un mundo absoluto. (...) darnos cuenta de que al fenómeno del conocer no se lo puede tomar como si hubiera hechos u objetos allá afuera, que uno capta y se los mete a la cabeza. La experiencia de cualquier cosa allá afuera es validada de una manera particular por la estructura humana que hace posible la cosa que surge en la descripción”.

Es importante advertir que esta interpretación del *determinismo estructural* del accionar humano hay que entenderla en forma dinámica. Nuestras capacidades de percepción, de interpretación y de comportamiento están condicionadas por nuestra estructura personal, la que a su vez es producto de nuestra historia, nuestra experiencia de vida y nuestro devenir. Somos como somos y tenemos la estructura personal que tenemos como consecuencia de un proceso de interacciones y de una cadena de transformaciones que culmina con nuestra forma de estar siendo en el presente. Esto quiere decir que la experiencia del pasado condiciona nuestro accionar presente y nuestra efectividad futura. Pero los seres humanos, aun siendo sistemas determinados estructuralmente, somos capaces de observar cómo actuamos y de actuar sobre nosotros mismos. Tenemos la posibilidad de reconfigurar nuestra estructura a través de procesos de aprendizaje y cambio.

El Dr. Matthew Budd⁵, médico de la Universidad de Harvard, nos propone una sencilla explicación biológica del aprendizaje y dice que “el cerebro tiene una enorme capacidad para la variedad, el cambio y la novedad. El cerebro es plástico, capaz de *cambiar los cables* y adaptar nuevas configuraciones estructurales en respuesta a las experiencias de la vida. Cuando lo hace, se generan nuevas estructuras”.

A través de procesos de aprendizaje logramos transformar nuestra estructura personal y al hacerlo estamos interviniendo en el presente para construir un futuro diferente. Somos el producto de nuestra historia y a la vez somos constructores de nuestra historia, tenemos la capacidad de llevar a cabo acciones que separan el futuro del pasado. Y en esto, precisamente, consiste el Coaching Ontológico.

Enfoque Constructivista y Coaching Ontológico

A partir del entendimiento de que nuestra percepción de la realidad está mediatizada por nuestra particular forma de ser, podemos concluir en que el sentido que le asignamos a nuestro acontecer habla del tipo de “observador” que estamos siendo.

También nos posibilita hacer una distinción entre el fenómeno y su explicación. Nos permite entender que, al decir de Alfred Korzybski, “*el mapa no es el territorio*”, y que inevitablemente existe una distancia entre los acontecimientos que pueblan el mundo externo y nuestra propia representación del mismo. Por lo tanto, las interpretaciones y el significado que le atribuimos a los acontecimientos no pertenecen a los hechos en sí sino al observador que somos cada uno de nosotros.

⁵ Budd Matthew y Rothstein Larry, “*Tú eres lo que dices*”, EDAF, Madrid, 2000



Título: Constructivismo y Coaching Ontológico

Autor: Oscar Anzorena MCOP

Dirección de Investigación y Desarrollo. Registro de Investigaciones y Aportes

En nuestra concepción del Coaching Ontológico, al establecer esta conexión entre las interpretaciones y el intérprete, entre lo dicho y quien lo dice, nos abrimos al entendimiento de que al escuchar las narrativas del coachee podemos empezar a conocer el tipo de observador que está siendo éste. Es decir, cuál es la “estructura interpretativa” desde la cual le asigna sentido a su acontecer en el mundo.

Por otra parte, al visualizar el vínculo que existe entre las interpretaciones y la capacidad de acción de las personas podemos comprender que es nuestra asignación de sentido la que nos abre o nos cierra posibilidades, que nuestras observaciones condicionan nuestra emocionalidad y nuestro comportamiento y que, por lo tanto, **nuestra capacidad de transformación del mundo está asociada al poder de nuestras interpretaciones.**

Bibliografía:

- Anzorena Oscar, Teoría y práctica del Coaching Ontológico Profesional, Ediciones Lea, Bs. As., 2016
- Bohm David, Sobre el diálogo, Kairós, Barcelona, 2001
- Budd Matthew y Rothstein Larry, Tú eres lo que dices, EDAF, Madrid, 2000
- Brown Harold, “La nueva imagen de la ciencia, Tecnos, Madrid, 1988.
- Capra Fritjof, “El punto crucial, Editorial Estaciones, Bs As., 1992
- Maturana Humberto y Varela Francisco, El árbol del conocimiento, Editorial Universitaria, Chile, 1984