

Aprender a desaprender

Por: Verónica Paz de Brenes, M.A.
Psicóloga. Colegiada Activa No. 471



Resumen: Aprender a desaprender es más difícil que adquirir nuevo conocimiento, y desaprender es elemental para escalar intelectualmente, pero nadie puede desaprender, si no acepta que está equivocado; para ello, es necesario modificar esquemas mentales previamente adquiridos; para procesar, asimilar y acomodar nueva información. El principal obstáculo para lograrlo es el temor a la frustración, ante el reconocimiento de cierto conocimiento erróneo, lo que evidencia desequilibrio intelectual. Por eso es necesaria la interacción social, la sabiduría y la humildad para desarrollar el equilibrio intelectual y así el fortalecimiento cognitivo.

El reto es reconocer errores, y tener la sabiduría para comprender que no todo lo aprendido en la vida ha sido verdadero, para obtener una mejora continua. Se debe reconocer que ha habido conocimiento adquirido erróneo y que es necesario modificar esquemas mentales.

Palabras claves: Aprendizaje, desaprender, equilibrio intelectual, esquemas mentales, sabiduría y conocimiento.

Abstract: Learning to unlearn is more difficult that acquire new knowledge, and unlearning is essential to climb intellectually, but no one can unlearn, if not accept that he is wrong, then it is necessary to change mindsets previously acquired, to process, assimilate and accommodate new information . The main obstacle to this is the fear of frustration, when recognition of certain knowledge wrong it shows intellectual imbalance. For this reason it is needed social interaction, wisdom and humility to develop intellectual balance to enhance knowledge. The challenge is to recognize errors, and have the wisdom to understand that not everything in life learned has been true for continuous improvement. It should be recognized that there were wrong knowledge acquired and it must be necessary change mindsets.

Key words: Learning, unlearning, intellectual balance, mind sets, wisdom, knowledge.

La adquisición de conocimientos durante la vida es incomensurable; algunos de ellos axiomáticos, otros falibles. Ese aprendizaje erróneo, Woolfolk (1996) lo identifica como encuentros cristoferianos, ante la creencia antigua de que la tierra era cuadrada, y la capacidad de Cristóbal Colón de aventurarse al mar, a pesar

de considerar la posibilidad de morir al caer en un abismo, si la teoría de que la tierra era cuadrada, hubiera sido cierta; sin embargo, gracias a esta experiencia, permitió a la humanidad corroborar que la tierra era redonda y rechazar la teoría de que fuera cuadrada.

Pocas personas corren el riesgo de aventurarse a cambiar paradigmas, por la acomodación mental ya existente, o para evitar la frustración ante el reconocimiento de la equivocación. Para todos es más fácil procesar nueva información que generar cambios en los esquemas mentales ya existentes.

Piaget (1974) refiere que el equilibrio intelectual es el balance para mantenerse firme y no debilitarse, para continuar adelante, cuando nos enfrentamos a una realidad contraria a la esperada, y esto es básico para el crecimiento intelectual de todo ser humano, lo cual no es fácil alcanzar, ya que requiere ser fortalecido desde la infancia, lo que no implica que sea difícil lograrlo en la edad adulta. Para el desarrollo del equilibrio intelectual, será determinante la actividad y las experiencias sociales óptimas.

Cómo modificar esquemas mentales

Un punto de partida será: aprender de la sabiduría más que del conocimiento. La sabiduría es un don divino que nos permite no solo conocer, sino también reconocer nuestros errores. Nadie puede desaprender si no acepta que está equivocado. La sabiduría permite también utilizar adecuadamente la intuición para evaluar la razón, cuidando de no aceptar cualquier teoría o paradigma por aceptación social, o simplemente por la moda actual, sin que por ello no se pueda visualizar las concepciones erróneas previas.

Saber y crecer y todo que ver.

Los dos verbos del primer bloque podrían ser sustituidos por dos sustantivos, sabiduría y crecimiento, están unidos por la partícula coordinadora y el proceso de saber implica el de crecer. NO es posible saber sin una cierta dosis de crecimiento.

NO es posible crecer sin una cierta dosis de sabiduría (Freire, 1994)

La humildad es parte de la sabiduría, y es elemental para no sentirse perdido ante el desbalance intelectual, la cual exige valentía, confianza, respeto hacia sí mismo y los demás. Se permite así el reconocimiento interno y externo de ciertas falacias o teorías erróneas. La humildad permite reconocer esta sentencia obvia: nadie lo sabe todo, nadie lo ignora todo, todos sabemos algo, todos ignoramos algo. Sin humildad difícilmente se escucha al otro y mucho menos a quien considere demasiado alejado de su nivel de competencia.

La humildad ayuda a no dejarse encerrar jamás en el circuito de la verdad como propia. Uno de los auxiliares fundamentales de la humildad es el sentido común, (siendo el más común de los sentidos y el que menos común sentimos) que nos advierte que con ciertas actitudes estamos cerca de superar el límite, a partir del cual nos perdemos. La arrogancia del ¿sabe con quién está hablando? la soberbia del sabelotodo, incontenido en el gusto de hacer conocido y reconocido su saber, todo esto no tiene nada que ver con la humildad. Con dicha actitud, se evidencia de entrada, desequilibrio intelectual.

Es difícil aprender de los errores, mantener el equilibrio intelectual para no desbalancearse. De niños caíamos y nos levantábamos y

así aprendimos a caminar y con errores aprendimos a hablar, sin que el prejuicio mental nos limitara avanzar. Sin embargo, en la edad adulta esto es complejo y nos cuesta levantarnos; tanto es así que por ello preferimos no caer, al no aceptar el reto de desaprender. Thonrdike afirma que el mejor aprendizaje es basado en el ensayo y el error. Por lo que debemos valorar nuestros errores cognitivos, porque ellos son el mejor fundamento del verdadero aprendizaje, constituyéndose el error en la mejor herramienta contra el olvido de cómo aprender.

Es necesario visualizar las dificultades como oportunidades, nunca como obstáculos, y reconocer que la mayor dificultad a vencer en la vida somos nosotros mismos, pues nuestros pensamientos negativos son los que nos limitan el desaprender. Lo ideal es aceptar el reto al cambio, partir de los propios errores, para poder ser un buen mediador intelectual en la vida. Comprender que nada es estático, mas sí cambiante. Para permitir la mejora continua es necesario reconocer que hay conocimiento adquirido erróneo; que es necesario modificar esquemas mentales constantemente y así evitar el cultivo de los errores.

Aprendiendo de la vida

Una manera práctica de aprender de la vida es aprender de nuestros propios errores.

Cuando somos capaces de aprender desaprendiendo, nos beneficia no solo intelectualmente sino también socialmente y por ende emocionalmente. Eso nos ayuda a una adecuada salud mental, y esto unido nos lleva a una mejor salud física y social. Muchas personas no necesitan estar mutiladas físicamente, para ser incapacitadas; la mayor incapacidad del ser humano, es no reconocer que cada día debemos ser mejores, y eso solo será posible si modificamos esquemas mentales, paradigmas obsoletos y por qué no, algunos estilos de vida.

No permita que el miedo a la dificultad lo paralice

En esta relación, entre el sujeto que teme y la situación u objeto del miedo, existe además otro elemento que es el sentimiento de inseguridad del sujeto temeroso. Inseguridad para enfrentar el obstáculo. Falta de fuerza física, falta de equilibrio intelectual y emocional, falta de competencia, real o imaginaria, del sujeto. Frente al miedo, sea de lo que fuere, es preciso primeramente asegurarnos con objetividad de la existencia de las razones que nos lo provocan, para luego enfrentarlo y así superarlo. El pánico paraliza a la persona, frente a un desafío que reconoce, sin ninguna dificultad, como absolutamente superior a cualquier intento de respuesta. El miedo paralizante nos vence aun antes de intentar cualquier situación nueva.

El aprendizaje es un quehacer exigente en cuyo proceso se da una sucesión de dolor y placer, sensación de victoria, dudas y alegría. Por lo mismo, aprender implica la formación de una disciplina rigurosa que forjamos en nosotros mismos, en nuestra mente consciente, la que no debe depender de la opinión de otros, sino de nuestra capacidad de resistir contrastes para avanzar.

El ser humano debe liberarse y no permitir la esclavitud del conocimiento, bloqueando este mismo, la capacidad de aprender, por no querer desaprender, por el poder de la costumbre, supuestos y falacias. Debemos permitir un clima favorable para equilibrar ese desbalance ante el reconocimiento de mejorar el aprendizaje. De esta manera se despierta la visión transformadora del enriquecimiento intelectual, al descubrir nuevas fuentes o nuevos esquemas para el placer del crecimiento y transformación mental. Ψ

Bibliografía

Freire, P. (1994). *Cartas a quien pretende enseñar* (primera ed.). México, D.F.: Siglo Veintiuno Editores, S.A. de c.v.

Gallegos, R. (2003). *Aprender a ser* (primera ed.). Guadalajara, Jal. México, México.

Gallegos, R. (2001). *La educación del Corazón* (primera ed.). Guadalajara, Jal. México: Fundación Internacional para la Educación Holística.

Gawain, S. (2001). *Desarrollo de la Intuición. Una guía para enfrentar con éxito los retos de la vida diaria*. (S. Times Editores, Ed.) México: primera edición.

Woolfolk, A. (1996). *Psicología educativa*. México: sexta edición.

Recibido el 22/03/2013
Aprobado el 03/04/2013

Acerca de la autora:

Verónica Paz de Brenes es licenciada en Psicología, posee una maestría en docencia superior universitaria, especialización en educación ambiental, especialidad en psicotrauma y actualmente doctorando en investigación social.

Profesora Titular de la Universidad de San Carlos de Guatemala, desde hace 18 años.

Ex presidenta del Colegio Profesional de Psicólogos de Guatemala.