

Psicología Positiva: los dogmas de *fe* y sus fieles devotos¹

Positive Psychology: The dogmas of *faith* and their faithful devotees

Julio Alfonso Piña López²

Programa de Salud Institucional

Universidad de Sonora, México

¹ Es importante aclarar que la expresión *fieles devotos* fue utilizada originalmente por Cornelio Vázquez en 2013 (artículo publicado en los Papeles del Psicólogo), en su réplica a los críticos que se venían haciendo a la psicología positiva en España.

² Dirección para correspondencia: Blvd. Luis Encinas y Rosales, s/n. Colonia Centro. Hermosillo, Sonora, C.P. 83000 (México). Correo electrónico: pina.lopez.julio@gmail.com

Psicología Positiva: los dogmas de *fe* y sus fieles devotos

Resumen

La psicología positiva (PP) tuvo un nacimiento especial: el llamado divino al que respondió Seligman, el cual ha traído consigo la postulación de dogmas de *fe*, defendidos a ultranza por una legión de *fieles devotos*. Un llamado que se justifica en un juego de lenguaje particular y en creencias que, por prescripción o dogma (de *fe*), se nos dice tenemos que aceptar. Se examina cómo el juego de lenguaje en la PP y las creencias que se le desprenden se justifican en la razón *natural*, no la *científica*.

Palabras Clave: Psicología Positiva, Prescripción o Dogma (de *fe*), Juego de Lenguaje, Creencias, Razón.

Positive Psychology: The dogmas of *faith* and their faithful devotees

Abstract

Positive psychology (PP) had a special birth: the divine call to which Seligman responded, which has brought the postulations of some dogmas of *faith*, defended at all cost by a legion of *faithful devotees*. A call that is justified in a particular language game and its beliefs that, by prescription or dogma (of *faith*), they told us we must to accept. It examines how the language game in PP and their beliefs that come off are justified in the *natural* reason, not the *scientific* reason.

Keywords: Positive Psychology, Prescription or Dogma (of *faith*), Language Games, Beliefs, Reason.

Ley de Pudder:

Cualquier cosa que empieza bien, acaba mal.

Cualquier cosa que empieza mal, acaba peor.

(Bloch, 1992; p. 19).

Introducción

Cuenta la leyenda que Moisés, al huir de Egipto y habiendo arribado al monte Horeb (también conocido como monte Sinaí), al pararse frente a una zarza ardiendo se le apareció súbitamente Dios, quien le asignó una misión en su viaje de retorno a Egipto: *Ven, por tanto, ahora, y te enviaré a Faraón, para que saques de Egipto a mi pueblo, los hijos de Israel* (Éxodo 3:10). Pocos años atrás Seligman aseguró, de manera por demás elocuente: [que] *la psicología positiva me llamó al igual que las zarzas ardientes llamaron a Moisés* (Seligman, 2011; p. 96). En esta lógica, si Moisés recibió el llamado de Dios, ¡Seligman también!

Justificar el nacimiento de una supuesta “nueva” y “distinta” “psicología” con base en un llamado divino, excepción hecha de lo acontecido en los periodos patrístico y medieval (Kantor, 2011),¹ no tiene paralelo alguno en la historia de la psicología. Varios son los problemas que en principio derivan de tal justificación: el primero tiene que ver con la psicología como disciplina de conocimiento o ciencia básica en el sentido propuesto por Ribes (2009), y con ésta su objeto de conocimiento —*i.e.*, la conducta—, el cual por obvias razones se ha desvirtuado; el segundo, es que en la PP se confunde recurrentemente a lo psicológico con cualquier cosa que se tenga a bien suponer que lo es; ejemplos sobre el

¹ En ambos periodos, señala Kantor, la visión naturalista propuesta por Aristóteles se pervirtió, dando inicio con ello al estudio de los fenómenos psicológicos apelando a el alma del hombre, al quien se colocaba en el mismo plano que a Dios y los ángeles. El alma *des-naturalizada* y su estudio, al incorporarse a la filosofía teológica se *des-materializó* y se le concibió como *sustancia espiritual*, distinta e independiente del cuerpo, en tanto que provenía de Dios (Ribes, 2004).

respecto se tienen con términos como trascendencia, bondad, generosidad, fe, gratitud, perdón, religiosidad, etcétera, todos con marcadas y profundas connotaciones religiosas y espirituales.

Que se afirme de manera tajante que la PP se ha convertido en la psicología alternativa que permitirá al colectivo de psicólogos poner al descubierto y explotar las potencialidades humanas y las cosas buenas de la vida (Hervás, 2009; Mariñelara-Dondena, 2008; Seligman y Csikszentmihalyi, 2000; Snyder y Lopez, 2002), nos parece un verdadero exceso de euforia positiva (Piña, 2014). Por ello resulta particularmente interesante discutir, cómo es que un llamado divino ha motivado a Seligman y una legión de *fieles devotos* a suponer que ellos, y nadie más que ellos, tienen la razón. Por ejemplo:

1. Si se afirma que la PP es ciencia básica (Seligman, Steen, Park y Peterson, 2005), ¡hay que aceptarlo!
2. Que cuenta con un marco teórico debidamente articulado en lo conceptual (Sheldon y King, 2001; Vera, 2006) y en el cual no priva confusión terminológica y conceptual alguna, ¡hay que aceptarlo!
3. Que se dispone de un desarrollo metodológico y que se han propuesto nuevos procedimientos para la investigación básica, aplicada o tecnológica (Salanova y Llorens, 2016; Vázquez, 2006), ¡hay que aceptarlo!
4. Que constituye hoy día un alternativa, la mejor, para la intervención en cualquier ámbito —*i.e.*, clínico, salud, organizacional, etcétera (Park, Peterson y Sun, 2013; Quoidbach, Mikolajczak y Gross, 2015), ¡hay que aceptarlo!

Retomando a Ribes y Sánchez (1994), la aceptación por prescripción o dogma (de *fe*) equivale a aceptar un juego de lenguaje particular, que en el caso que nos ocupa se vincularía con la positividad en el decir, el pensar y el hacer de una persona comportándose en lo individual. Un juego de lenguaje que, como correctamente apunta Fernández-Ríos (en preparación), se juega por psicólogos —o no psicólogos— afiliados a tribus discursivas o clanes semánticos, que dicho sea de paso no significa que lo jueguen correctamente; en palabras de Ryle:

Determinar la geografía lógica de los conceptos es poner de manifiesto la lógica de las proposiciones que los contienen, o sea, mostrar proposiciones que son congruentes o incongruentes con ellas, cuáles se siguen de ellas y de cuáles se infieren. El tipo lógico o categoría al que pertenece un concepto es el conjunto de modos o maneras en que se lo puede usar con legitimidad teórica (Ryle, 1949/1967; p. 14).

Si nos atenemos al llamado divino que dio vida a la PP, el juego de lenguaje dominante en ésta, las creencias que le subyacen, o bien las que se le desprenden, deberían en principio ser motivo de un análisis religioso, sociológico o antropológico; **nunca** de la psicología como empresa científica (Kantor y Smith, 2015) o como proyecto de ciencia (Ribes, 2014). Ello, a pesar de que se pretenda justificar por todos los medios posibles que la psicología sí que está obligada a estudiar cosas tales como la trascendencia, la bondad, la generosidad, la fe, la gratitud, el perdón, y la religiosidad, entre otras, bajo el supuesto equívoco de que algunos son equivalentes a “estados” psicológicos o devienen de la filosofía aristotélica (*i.e.*, Hervás, 2009; Joseph, Linley y Maltby, 2006; Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez, 2009).

Los dogma de *fe*, como los que se adoptan, se asumen y se viven en una religión cualquiera, se han trasladado a la PP; entre los *auto*-nombrados psicólogos positivos ellos, y nadie más que ellos, son los poseedores de la verdad absoluta. Cuando los psicólogos no o *anti*-psicología positiva han cuestionado con argumentos las sinrazones y falacias de la PP (*i.e.*, Cabanas y Sánchez-González, 2012; Fernández-Ríos, 2008; Fernández-Ríos y Novo, 2012; Pérez-Álvarez, 2012, 2013; Piña, 2014), los *fieles devotos* actúan *ipso facto* en su nombre para descalificar a los detractores de la verdad absoluta... su verdad (*i.e.*, Vázquez, 2013; Vázquez y Salanova, 2016). ¿Quién puede atreverse a cuestionar a la nueva psicología?, la que inclusive se asegura que ya alcanzó el estadio 2.0 (Wong, 2011).²

De ahí que no sea de extrañar que el embate en contra de los psicólogos no o *anti*-psicología positiva esté adquiriendo carta de naturalidad en los países iberoamericanos, principalmente en España. Es justo en éste donde recientemente, y en calidad de Ex Presidente y Presidente de la Sociedad Española de Psicología Positiva, Vázquez y Salanova (2016) publicaron en la sección *Carta al Director* de los Papeles del Psicólogo, una que no podemos sino calificar como quejosa, amarga y lamentable desde el punto de vista de la psicología. ¿Qué tiene de inadecuado que esta prestigiada revista publique artículos en contra de la PP? ¿Habría, entonces, una suerte de veto a este tipo de artículos, que por supuesto no se aplicaría a los que avalan a la PP? Acusar públicamente a dos autores (Fernández-Ríos y Vilariño, 2016), por un artículo cuyo título es calificado como *sesgado* y evidenciando *juicios denigratorios* (Mitos de la Psicología Positiva: maniobras engañosas y pseudociencia), muestra una pobreza

² El de 2.0 es el número que se asigna a desarrollos avanzados e inclusive revolucionarios en diferentes materias. Así, por ejemplo, se habla del tratamiento 2.0 para el VIH/sida, con el que recientemente se ha dado un impulso especial a nuevas opciones de tratamiento que contribuyan a la innovación y mejora de su eficiencia (OMS/ONUSIDA, 2012). Hay también una propuesta reciente, conocida como Psicología 2.0, aplicable a la salud (Armayones, Boixadós, Gómez, Guillarmón, Hernández, Nieto *et al.*, 2015), basada en lo que los autores dan en llamar eSalud.

intelectual y evidencia el sesgo y los juicios denigratorios que en un efecto tipo *boomerang* se revierten a los acusadores.

Es asimismo interesante observar que en otros países, autores que han cuestionado a la PP no se han sometido a esa clase de embates y tampoco han merecido respuestas en editoriales; bueno, ni siquiera se les ha rebatido con argumentos. Taylor, a principios de la pasada década (Taylor, 2001), en una réplica a Seligman demostró cómo es que éste literalmente había marginado de su encuadre teórico a una parte considerable de la tradición filosófica y teórica de autores como James, Allport y Murray, entre otros, concluyendo que aquél, al igual que Freud, serían recordados como dos impulsores de concepciones de una psicología popular. Held (2004), por su parte, intituló su trabajo *El lado negativo de la Psicología Positiva*, cuyo mensaje lo inscribió en el de una psicología dominante y separatista. Asimismo, Sugarman (2007) rebatió con sólidos argumentos que en razón de mala interpretación de la filosofía aristotélica, la PP ha fallado abiertamente en la construcción de esa “nueva” psicología del involucramiento humano, del bienestar y de la felicidad. También, Miller (2008) señaló en su crítica a la PP que ésta se había construido sobre la base de un discurso falaz, circular y tautológico, con marcados problemas para definir apropiada y correctamente los conceptos medulares sobre la positividad. Finalmente, Frawley (2015) ventiló los crecientes problemas en el uso del concepto de felicidad y las investigaciones que se realizan en su nombre, que se enmarcan en lo que aquélla da en llamar la “mala ciencia” o el científicismo.

Estos artículos, publicados en prestigias revistas, han contribuido junto con muchos más al análisis y entendimiento de qué es la PP; cuáles son sus raíces; qué ha justificado su desarrollo y asiento en una cultura —la norteamericana— que se ha distinguido por promover todo menos que el bienestar y la felicidad de sus habitantes; por qué, en última instancia, como

bien examinaron Cabanas y Huertas (2014), entre la PP y la psicología popular no hay diferencias sustanciales y, por consiguiente, por qué debería considerársele como una “moda polémica” (Prieto-Urzúa, 2006).

Aun cuando en su Carta al Director los autores apelan a *Promover la imagen de la Psicología Positiva y velar por una aplicación ética y adecuada de los conocimientos y aplicaciones derivada de la misma* (Vázquez y Salanova, 2016; p. 239), nos preguntamos si una *pseudo-ciencia*, carente de: a) una teoría; b) una terminología propia y distintiva sobre lo psicológico, que esté por supuesto correctamente definida; c) de un método y procedimientos propios para guiar la práctica de la investigación, y d) de conocimiento científico potencialmente traducible en conocimiento aplicable (Piña, en preparación, 2014), ha de ser aceptada, toda o en partes, sin más, sólo porque lo dijeron Seligman o sus *fieles devotos*.

¿Nos están planteando a los psicólogos no o *anti-psicología positiva* que estamos obligados a aceptar que ellos y nadie más que ellos tienen la razón? ¿Cuál razón, preguntamos? ¿La razón científica o la razón natural? Ambas son distintas y cumplen con finalidades distintas. La primera, dice Toulmin (1974), se distingue porque su eje central gira en torno a la discusión con base en *argumentos*; la ciencia, sostiene el autor, no avanza si no es con base en argumentos y la evidencia empírica que los soporte. Sin argumentos no puede haber ciencia, por lo que si no hay ciencia hay *pseudo-ciencia*, magia o especulación pura. La segunda, nos dice la Real Academia Española (2014), *es potencia discursiva del hombre, desnuda de todo matiz científico que la ilustre*. ¿En dónde se ubica y qué razón guía en la PP los dichos de los *auto-nombrados psicólogos positivos*, los de Seligman y sus *fieles devotos*? En la razón natural; no en la razón científica... la de los argumentos.

Pretender defender lo que es indefendible equivale, guardando las debidas proporciones, a defender que la “mente” existe, que el psicoanálisis es una ciencia o que la bondad, la generosidad, el amor... son términos que en la forma de conceptos se aplican a la fenomenología de lo psicológico. Si los *auto-nombrados* psicólogos positivos, Seligman y sus *fieles devotos*, se asumen como defensores a ultranza de la PP, la defensa tiene que hacerse con base en la razón científica, la de los argumentos. No es suficiente que nos digan que la PP constituye una nueva forma de entender la psicología (Vera, 2006), como si ello bastara para tirar por el caño lo que brillantes psicólogos han aportado a la construcción y consolidación de una empresa científica que contribuya al ataque y solución de los problemas sociales, en los que la dimensión psicológica juega un papel central.

Coincidimos en parte con Vázquez (2006), cuando escribió que los argumentos pasionales no deberían tener cabida en una discusión académica; sólo en parte, pues hasta el momento ningún *auto-nombrado* psicólogo positivo ha demostrado con argumentos sólidos e irrefutables que la PP es una ciencia, que su marco teórico y conceptual es igualmente sólido, y que su estructura metodológica ha permitido generar conocimiento científico. La PP no es ciencia, mucho menos el nuevo y único “paradigma” de y para la psicología. Que los *auto-nombrados* psicólogos positivos jueguen un juego de lenguaje particular (el de la positividad) con sus propias reglas, con resultados obtenidos y compartidos por ellos mismos y por nadie más en la práctica de la investigación, no significa que ese juego de lenguaje esté bien jugado y que los resultados que pregonan en las investigaciones sean pertinentes, en lo teórico-conceptual y en lo metodológico.

Por lo anterior, los *auto-nombrados* psicólogos positivos, incluyendo a Seligman y sus *fieles devotos*, no pueden cancelar por decreto, prescripción o dogma (de *fe*) las críticas a su

psicología. No lo pueden hacer puesto que su psicología, la PP, al devenir de un llamado divino y fundada en unos supuestos equívocos —los de la positividad—, ha respondido a factores externos que nada, o poco, tienen que ver con la historia de la psicología y con la evolución de lo que Ribes (1990) ha dado en llamar las teorías especiales. Por su importancia, concluiremos citando a este autor en extenso:

[...] Para la ciencia, los eventos son el punto de partida, pero en la medida en que siempre constituyen referencias concretas de la experiencia cotidiana, la ciencia los abstrae analíticamente, para crear *hechos* que sólo son observables y tienen sentido desde una teoría particular. Los hechos de la ciencia no son los hechos del lenguaje ordinario. Las representaciones de esos hechos constituyen un paso adicional, en el que teóricamente se seleccionan las propiedades relevantes de los hechos y se desechan los irrelevantes. Los datos son el resultado de este proceso eminentemente teórico sobre los logros de la práctica de investigación. Por ello, en la investigación científica carece de sentido separar a la teoría de la observación, la experimentación, o la demostración. Toda la actividad científica *está teorizada* (Ribes, 1993; p. 74).

Referencias:

- Armayones, M., Boixadós, M., Gómez, B., Guillarmón, N., Hernández, E., Nieto, R., *et al.* (2015). Psicología 2.0: oportunidades y retos para el profesional de la psicología en el ámbito de la salud. *Papeles del Psicólogo*, 36, 153-160.
- Bloch, A. (1992). *El libro completo de las Leyes de Murphy. Una colección definitiva*. México: Diana.
- Fernández-Ríos, L. (en preparación). Prólogo: Psicología positiva crítica o *anti*-psicología positiva. De la felicidad lingüística al juego de conceptos. En J.A. Piña (Autor), *La anti-psicología positiva: ensayos desde la psicología conductual*. México: Universidad de Sonora.
- Fernández-Ríos, L. (2008). Una revisión crítica de la psicología positiva: historia y concepto. *Revista Colombiana de Psicología*, 17, 161-176.
- Fernández-Ríos, L. y Novo, M. (2012). Positive Psychology: *Zeigeist* (or spirit of the times) or ignorance (or disinformation) of history? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 12, 333-344.
- Fernández-Ríos, L. y Vilariño, M. (2016). Mitos de la psicología positiva: mitos y maniobras engañosas. *Papeles del Psicólogo*, 37, 134-142.
- Frawley, A. (2015). Happiness research: A review of critiques. *Sociology Compass*, 9, 62-77.
- Held, B. (2004). The negative side of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 9-46.
- Hervás, G. (2009). Psicología positive: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66, 23-41.
- Jospeh, S., Linley, A. y Maltby, J. (2006). Positive Psychology, religion, and spirituality. *Mental Health, Religion & Culture*, 9, 209-212.

- Kantor, J.R. (2011). *De la psicología a la psicología científica* (1ª reimpresión). México: Trillas.
- Kantor, J.R. y Smith, N.W. (2015, obra traducida). *La ciencia de la psicología. Un estudio interconductual*. New Orleans. LA: Universidad de Guadalajara/University Press of the South.
- Mariñelarana-Dondena, L. (2008). Psicología positiva y modelos integrativos en psicoterapia. *Fundamentos en Humanidades, IX*, 55-69.
- Miller, A. (2008). A critique of positive psychology — or ‘The new science of happiness’. *Journal of Philosophy of Education, 42*, 591-608.
- OMS/ONUSIDA (2012). *VIH/Sida Programa. Un vistazo al tratamiento 2.0*. Génova: Autores.
- Park, N., Peterson, C. y Sun, J.K. (2013). La psicología positiva: investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica, 31*, 11-19.
- Pérez-Álvarez, M. (2012). La psicología positiva: magia simpática. *Papeles del Psicólogo, 33*, 183-201.
- Pérez-Álvarez, M. (2013). La psicología positiva y sus enemigos: la evidencia. *Papeles del Psicólogo, 34*, 208-226.
- Piña, J.A. (en preparación). *La anti-psicología positiva: ensayos desde la psicología conductual*. México: Universidad de Sonora.
- Piña, J.A. (2014). La psicología positiva: ¿ciencia y práctica de la psicología? *Papeles del Psicólogo, 35*, 144-158.
- Prieto-Urzúa, M. (2006). Psicología positiva: moda polémica. *Papeles del Psicólogo, 17*, 319-338.
- Quoidbach, J., Mikolajczak, M. y Gross, J.J. (2015). Positive interventions: An emotion regulation perspective. *Psychological Bulletin, 141*, 655-693.

- Real Academia Española (2014). *Diccionario de la lengua española (23ª edición)*. Madrid: Espasa-Calpe.
- Ribes, E. (1990). *Psicología general*. México: Trillas.
- Ribes, E. (1993). La práctica de la investigación científica y la noción de juego del lenguaje. *Acta Comportamentalia, 1*, 63-82.
- Ribes, E. (2004). ¿Es posible unificar los criterios sobre los que se concibe la psicología? *Suma Psicológica, 11*, 9-28.
- Ribes, E. (2009). La psicología como ciencia básica. ¿Cuál es su universo de investigación? *Revista Mexicana de Investigación en Psicología, 1*, 7-19.
- Ribes, E. (2014). La psicología y su enseñanza ¿tienen sentido? En M. Orozco y K.I. Caballero (Comps.), *Psicología latinoamericana: Experiencias, desafíos y compromisos sociales, parte II* (pp. 3-17). México: Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología, A.C.
- Ribes, E. y Sánchez, U. (1994). Conducta, juegos de lenguaje y criterios de validación del conocimiento. *Acta Comportamentalia, 2*, 57-86.
- Ryle, G. (1949/1967). *El concepto de lo mental*. Buenos Aires: Paidós.
- Salanova, M. y Llorens, S. (2016). Hacia una psicología positiva aplicada. *Papeles del Psicólogo, 37*, 161-164.
- Seligman, M.E.P. (2011). *La vida que florece. Una concepción visionaria de la felicidad y el bienestar*. Barcelona: Ediciones B.
- Seligman, M.E.P. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist, 55*, 5-14.
- Seligman, M.E.P., Steen, T.A., Park, N. y Peterson, C. (2005). Positive psychology: Progress empirical validation of interventions. *American Psychologist, 60*, 410-421.

- Sheldon, K.M. y King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
- Snyder, C.R. y Lopez, S.J. (Eds.) (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Sugarman, J. (2007). Practical rationality and the questionable promise of positive psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 47, 175-197.
- Taylor, E. (2001). Positive psychology and humanistic psychology: A reply to Seligman. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, 13-29.
- Toulmin, S. (1974). Razones y causas. En R. Borger y F. Cioffi (Eds.), *La explicación en las ciencias de la conducta* (pp. 19-50). Madrid: Alianza Editorial.
- Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27, 1-2.
- Vázquez, C. (2013). La psicología positiva y sus enemigos: una réplica en base a la evidencia científica. *Papeles del Psicólogo*, 34, 91-115.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J.J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la psicología positiva. *Anuario de Psicología Clínica y Salud*, 5, 15-28.
- Vázquez, C. y Salanova, M. (2016). Carta al Director. *Papeles del Psicólogo*, 37, 239.
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del Psicólogo*, 27, 3-8.
- Wong, P.T.P. (2011). Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology*, 52, 69-81.