

BOOK REVIEWS

■ Redescubrir las Relaciones Interpersonales

Morales, J.F. y Gaviria, E. (Coords.)
2021, UNED/Sanz y Torres

A los buenos coordinadores hay que abordarlos con naturalidad, como si fuesen nuestros maestros y/o amigos, con los que podemos aprender, discutir, conversar y pensar, estableciendo relaciones interpersonales profundas y directas, interactuando con ellos a través de sus textos y reflexiones. Así es como yo he realizado la lectura de esta obra, con una brillante presentación que invita al lector a conocer, ahondar y redescubrirse como ser social. A continuación, os muestro una breve síntesis de cada uno de los nueve capítulos que la componen.

En el Capítulo 1, que lleva por título “Luces y sombras de la sociabilidad humana”, Elena Gaviria destaca la complejidad y relevancia de las relaciones sociales a lo largo de nuestra historia evolutiva, donde surgieron mecanismos interpersonales como la confianza, la reciprocidad, la empatía, el rechazo y la exclusión. Todos se desarrollaron porque cumplían una función adaptativa para la especie humana, si bien actualmente pueden parecerse beneficiosos en unos casos y no tanto en otros. En palabras de la autora “*El rechazo a lo que percibimos como peligroso, sea por razones étnicas, físicas, de salud, de costumbres o valores, y también el nepotismo, son vestigios de nuestro pasado ancestral que chocan con nuestra ética igualitaria*” (p. 24).

En el Capítulo 2, “Psicología de las relaciones interpersonales”, ambos coordinadores señalan que hemos sido seres sociales antes que seres humanos, que el reconocimiento depende de los otros. Nos muestran la sociabilidad y la interdependencia mutua como las formas de relación social que han permitido la supervivencia de nuestra especie. Analizan procesos relevantes como la reputación, la soledad y el apoyo social, incidiendo en la confianza que se genera en las relaciones interpersonales, ya que sin ella pueden producirse situaciones de exclusión, que causan indefensión y desesperanza.

En el Capítulo 3, “Rituales Colectivos: la vitalidad emocional de los grupos y las sociedades”, Nekane Basabe subraya la importancia que el clima socioemocional tiene para las colectividades. Examina los rituales, celebraciones, manifestaciones y encuentros, donde se genera esa efervescencia colectiva que refuerza la identidad grupal, facilitando que el individuo se conecte con los otros. Es a través de ese compartir y conexión donde la sociedad logra la cohesión social. El lector tiene la oportunidad de evaluar parte de estos procesos psicosociales a través de la escala de sincronía emocional

percibida y como señala la autora “*el trabajo comunitario contra la exclusión social puede apropiarse de la fuerza de los rituales inclusivos y prosociales que crean cohesión, sentido de pertenencia, solidaridad social y sentido en la vida*” (p. 79).

En el Capítulo 4, “Humanos e infrahumanos: legitimación, moralidad y maldad en las relaciones sociales”, las autoras María Nieves Quiles, Yurena Morera y M. Dolores Morena nos exponen que si bien la categoría de ser humano se considera universal, no incluye a todas las personas por igual. Explican cómo a partir de las relaciones entre personas, grupos y sociedades que se consideran el paradigma de humanidad, se cuestiona a los otros “inferiores” y por lo tanto en desventaja social. Analizan el escenario en el que se construye esta desigualdad, que facilita y legitima la violencia y maldad hacia el excluido e infrahumano. Toda esta deshumanización tiene efectos sobre la identidad y esencialismo, socavando los principios de equidad, moralidad y justicia que regulan en gran medida nuestras interacciones sociales.

En el Capítulo 5, “Emoción y relaciones sociales: el poder del rostro”, Jaime Vila explora el estudio de la emoción dentro del marco de la neurociencia afectiva, para ello realiza un recorrido histórico y aboga por la necesidad de la integración neurocientífica. Apunta nuevas vías de estudio de las emociones desde una perspectiva psicosocial, donde las señales de peligro (véase las investigaciones referentes al miedo social y a la exclusión social) y seguridad (con estudios sobre el apoyo social y el amor) son representaciones de personas de nuestro entorno social. Consta que el rostro juega un papel relevante en nuestras interacciones sociales. Parafraseando al autor, los rostros de los seres queridos no son necesariamente un refugio seguro, “*lo que podría ayudar a explicar las relaciones sociales paradójicas donde el apoyo y el rechazo, el amor y el odio, conviven peligrosamente*” (p. 143).

En el Capítulo 6, “Aceptación y rechazo en las relaciones interpersonales”, José Francisco Morales aborda la exclusión (vs inclusión) social como ruptura de las normas de reciprocidad en nuestras relaciones interpersonales. Nos presenta una escala que permite analizar las dimensiones que constituyen el índice de exclusión social, a saber: falta de participación social, falta de integración normativa, acceso limitado a los derechos sociales y privación material. Indica que la vida carece de valor y significado para aquellos que sufren ostracismo, exclusión y/o rechazo. Este trato está prefijado por creencias y prácticas culturales asentadas en la población a través de las instituciones, las organizaciones o las personas. Es más, la necesidad de reparación y aceptación que sienten los excluidos hace que en muchos casos sean nuevamente victimizados y rechazados.

En el Capítulo 7, “La exclusión por razón de género”, Victoria A. Ferrer puntualiza cómo la exclusión da lugar a muchas desigualdades sociales que padecen más de la mitad de la humanidad por razón de género, edad y/o origen étnico. Además,

en estos tres ejes pueden interactuar –entre otros– la clase social, el nivel educativo, el estado de salud y los recursos económicos, produciendo situaciones de menor o mayor vulnerabilidad a la exclusión. Es por ello que se aboga por la categoría género como clave fundamental para el análisis de los procesos de inclusión en ámbitos como el sociosanitario, laboral, formativo, económico, residencial y relacional.

En el Capítulo 8, “Mecanismos de exclusión social en la infección por VIH”, María José Fuster Ruiz de Apodaca con el objeto de constatar cómo la respuesta a la infección por VIH ha sido un éxito en lo científico, pero no en lo social, nos presenta diferentes indicadores de exclusión en lo económico, político y socio-relacional. Más de un tercio de las personas con VIH, según los resultados de un estudio donde se aplicó el Índice de Exclusión Social para Encuestas de Salud (SEI-HS), estaban en situación de exclusión moderada-severa y muchos tenían acceso inadecuado a derechos sociales básicos, privación material y participación social limitada. Además, existen colectivos de personas con VIH que están expuestos a la discriminación, por lo que la intervención en palabras de la autora “*debe considerar los diferentes perfiles y las intersecciones que se dan en sus características y que les exponen a confluencias de racismo, sexismo, clasismo, transfobia y homofobia entre otras expresiones de estigma*” (p. 207).

En el Capítulo 9, “Los modelos de relación intergrupales e intercategorial como objeto de intervención”, Amalio Blanco y Rubén Blanco plantean que para cambiar el mundo hay que conocerlo. Una de las realidades que nos rodea es la de las relaciones interpersonales marcadas por el etnocentrismo, y que desencadena en la exclusión. Este rechazo social hace mella sobre la autoeficacia, la autonomía, el sentimiento de pertenencia grupal y la participación en actividades comunitarias, por lo que se hace necesario una intervención con consecuencias positivas sobre la salud mental de las personas, entendida esta como un estado de bienestar subjetivo, psicológico y social.

Los capítulos que conforman esta obra son un claro ejemplo de la coordinada y cuidada selección de temas, donde se exponen con rigor científico los mecanismos psicológicos, procesos psicosociales y factores cognitivos, emocionales y motivacionales que sustentan nuestras relaciones humanas. El lector tiene una ocasión única de redescubrir las relaciones interpersonales y conocer porqué interaccionamos ante ciertas personas, grupos y comunidades de la forma en que lo hacemos.

Revisado por:

Itziar Fernández Sedano

Universidad Nacional de Educación a Distancia