

Actitudes y comportamientos obsesivos, ¿peligrosos?

P. Fernando Pascual

21-11-2010

Sin entrar en cuestiones científicas que competen a quienes conocen psicología, podemos notar, a nuestro alrededor o entre personas lejanas, actitudes y comportamientos obsesivos, que inciden con mayor o menor fuerza en la vida de las familias, de los grupos y, en ocasiones, de las sociedades.

Pueden darse actitudes obsesivas de modo más o menos puntual, sobre un tema concreto; otras veces tienen un carácter habitual, respecto de diversos argumentos y con una constancia que llega a cansar.

Pensemos, por ejemplo, en un debate familiar por asuntos de herencia. Entre los hermanos y familiares implicados es fácil que se den puntos de vista diferentes, que algunos defiendan un reparto que consideran justo y que piensen que las peticiones de otros son injustas. Esta divergencia de opiniones generará, seguramente, un debate más o menos intenso en quienes se ven más afectados por el tema.

Si todos saben actuar de modo sereno y equilibrado, la discusión se desarrollará de modo más o menos ordenado. Quizá el resultado final deje insatisfecho a uno o a varios (o a todos, algo que también pasa), pero al menos el grupo familiar ha mostrado madurez y ha sabido afrontar las cosas dentro de unos límites que habrán permitido, al menos hipotéticamente, a todos expresar sus opiniones.

Pero si uno o varios se atrincheran en una posición considerada como absoluta; si invierten la mayor parte de su tiempo y de sus energías en desprestigiar a los demás; si llevan el debate al ámbito público y lo hacen visible incluso en Internet (Facebook, foros, chats) o en otros medios de comunicación; si aturden y atosigan a los demás familiares con notas y notas interminables y llenas de veneno para ganar a unos a su causa y dejar fuera de combate a otros... Es evidente el enorme daño que comportamientos como estos producen en toda la vida familiar. Lo anterior se agrava si no es sólo uno quien actúa de esa manera, sino que sucumben a la lucha "obsesiva" otro u otros miembros de la familia, mientras los que tienen un carácter más pacífico asisten y sufren con pena a un espectáculo a veces bochornoso.

Si lo que hemos imaginado a nivel familiar se produce en una empresa o, a un nivel mucho más importante, entre los gobernantes de un pueblo, es fácil imaginar que los resultados pueden ser sumamente graves.

¿No ha habido jefes de estado que, en una obsesividad enfermiza, han ordenado guerras y ataques que han provocado miles y miles de víctimas? ¿No ha habido empresarios que, en una avidez obsesiva, han forzado a sus consejos de administración a realizar inversiones peligrosas, contra el parecer de los más sensatos, que luego han llevado a la quiebra de la empresa y a la pérdida de su trabajo a cientos de empleados?

Fijarse sólo en los daños que pueden venir de las actitudes y comportamientos obsesivos sería parcial y simplista, pues también ocurre que personas concretas orientan sus energías y sus tiempos, casi obsesivamente, hacia obras buenas.

Hay quienes, por ejemplo, lanzan su corazón, su mente y su vida entera a la tarea de encontrar una vacuna que ayude a millones de personas. O que buscan una y otra vez, sin rendirse a los fracasos que tantas veces ocurren, poner en pie un hospital para atender a niños con enfermedades cardíacas.

O que, en un ámbito más pequeño, pero no por ello menos importante, trabajan para crear la paz entre sus familiares y amigos, con una dedicación sencilla y plena a todos, más allá de heridas o de problemas que tantas veces provocan rencores profundos entre quienes viven bajo el mismo techo o con un mismo apellido.

Desde luego, una actitud obsesiva orientada hacia una causa buena puede llevar a actos incorrectos. Quien, por ejemplo, trabaja para disminuir los niveles de contaminación de un río o de la ciudad puede poner en marcha iniciativas lícitas y eficaces, pero se equivocaría por completo si desprestigiase con tácticas miserables a los que buscan lo mismo desde otras perspectivas, o si llegase a planear y poner en marcha acciones de “miniterrorismo” para alimentar el debate público y así generar interés por su causa.

Las energías y fuerzas que tenemos en nuestro interior, usadas de modo correcto, se convierten en fuente de bien para el mundo. Usadas, en cambio, sin medida y sin justicia, pueden llevar a acciones que dañan a inocentes y que a veces provocan más perjuicios que los beneficios hipotéticamente buscados.

Por eso es tan importante detectar si lo que buscamos y promovemos es justo y si ponemos en práctica modos de acción que saben respetar a los otros en sus derechos legítimos.

Fuera de los casos que deben ser tratados por los psicólogos, un sano autocontrol de las propias actitudes obsesivas nos ayudará a dejar de lado aquello que daña a otros, al mismo tiempo que nos permitirá convivir mejor con quienes viven con nosotros, porque sabremos estar más abiertos a puntos de vista sanamente diferentes, y porque buscaremos defender nuestras ideas buenas con modos correctos y realmente constructivos.