

Un hombre almuerza con su jefe y tiene una reunión de trabajo; si la reunión la tiene una mujer, es porque entre ellos hay algo. Los catalanes son agarrados, los andaluces, fiesteros y haraganes. Los tópicos responden a prejuicios que, a menudo, están en la base de la discriminación

NUESTRO CEREBRO INTOLERANTE

Texto Cristina Sáez

“Si voy por la calle y me cruzo con una mujer mayor, se agarra fuerte el bolso, ¡como si yo le fuera a robar!”, exclama indignado un chico marroquí veinteañero. “Que sea inmigrante no significa que vaya a hacer nada malo”, añade en perfecto castellano. Seamos o no conscientes de ello, lo cierto es que los estereotipos, los prejuicios, los clichés, abundan en nuestras conversaciones y reflejan opiniones generalizadas en la sociedad. A menudo, responden a prejuicios que acaban llevando a discriminar a determinados colectivos. Las mujeres no saben aparcar y son parlanchinas; los judíos, tacaños; los franceses, chovinistas y estirados; los italianos, *latin lovers*; y así podríamos continuar enumerando tópicos hasta el infinito. Podemos alarmarnos al leerlos o escucharlos; rebelarnos contra ellos; pensar que son una sarta de calificativos sin fundamento. Podemos negarlos y afirmar que nosotros, claro, somos igualitarios. Pero lo cierto es que todos los conocemos y nuestro cerebro está lleno de ellos. ¿Y eso por qué?

Desde hace más de 25 años, Susan Fiske dirige un equipo de investigación en la facultad de Psicología de la Universidad de Princeton (Nueva Jersey, EE.UU.) con el que estudia grupos sociales y morales, analiza cómo se forman los prejuicios y cómo estos influyen en nuestra forma de actuar. Para esta psicóloga, “nos formamos juicios de valor en función de la percepción que tenemos de si aquel grupo de individuos nuevo es cooperativo o, por el contrario, competitivo”. Y nos basta apenas una fracción de segundo para decidir si confiamos o no en una persona. “Cuando conocemos a alguien, nos fijamos, sobre todo, en su boca, en si nos parece

que está ligeramente sonriente o denota enfado. Así inferimos si una persona es dominante o afable. También influyen los rasgos de madurez de sus facciones. Cuanto más masculinas, más seguras nos parecen”. Fiske y su equipo tratan de averiguar qué vemos cuando miramos a la cara a miembros de otros colectivos. “Hemos descubierto que la primera clasificación que hacemos tiene que ver con la etnia, la edad y el sexo. La clase social nos resulta algo más complicada, aunque también la acabamos pescando rápidamente. La estructura social determina el estereotipo; el estereotipo determina la emoción, y la emoción determina el comportamiento”, señala Fiske.

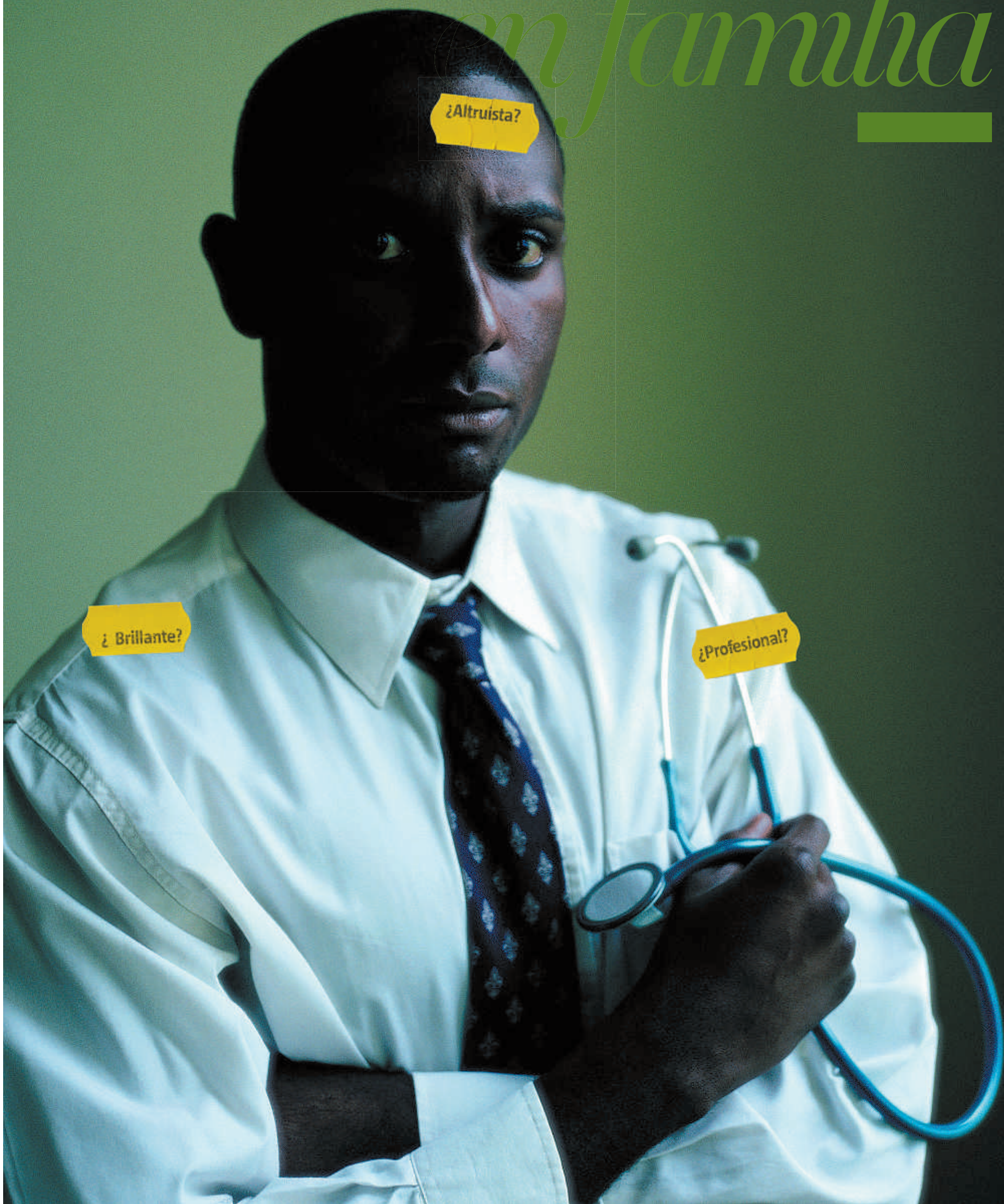
La memoria caché del cerebro Los estereotipos, cuentan los neurólogos, son un tipo de esquemas que elabora el cerebro. Forman parte del sistema que usa este órgano para organizar la información y poder actuar de forma más rápida. Cuando conocemos a una persona nueva, la observamos y en un santiamén la metemos en una categoría en función de su cultura, procedencia, edad, clase social, si es hombre y mujer. En definitiva, la clasificamos y le colgamos una etiqueta. Y los psicólogos cognitivos creen que todo lo que aprendemos de nuestro entorno se organiza así, bajo estos esquemas. Para explicar cómo funcionan, la neurocientífica Cordelia Fine, autora del libro *A mind of its own. How your brain distorts and deceives* (2005), (Una mente propia. Cómo tu cerebro distorsiona y decepciona), utiliza la siguiente metáfora: es como si nuestro cerebro fuera una gran cama llena de grupos de neuronas dormidas, ligadas entre ellas. Cada célula nerviosa representa una parte de un esquema. Por ▶

ON//OFF

Al parecer, nuestro cerebro enciende y apaga el motor de los clichés según le convenga. Da igual lo que pensemos. Por ejemplo, si estamos en el trabajo y nuestra jefa nos echa un rapapolvo, seguramente se activarán todos los tópicos relacionados con la mujer, y pensaremos que, claro, es una incompetente. Usamos los estereotipos negativos para proteger a nuestro cerebro, vanidoso, de los efectos perniciosos de los *feedbacks* que no nos gustan. Se han llevado a cabo experimentos que demuestran que los usamos para sentirnos mejor, a veces incluso si debemos castigar a alguien. Un grupo de psicólogos cogió a dos grupos de estudiantes; a uno se le dijo que sus resultados en un test de inteligencia eran peores que la media. Y al otro, que lo había superado con creces. Justo después, a ambos grupos se les hizo evaluar a la misma mujer como candidata para un trabajo. Curiosamente, aquellos alumnos que no habían superado el test evaluaron peor a la mujer, tanto su personalidad como sus méritos profesionales, que el otro grupo. Resarcieron así su maltrecha autoestima.

STOCKPITE

en familia



¿Altruista?

¿Brillante?

¿Profesional?



LA MANERA COMO PIENSA EL CEREBRO, CLAVE EN LA EVOLUCIÓN DE LA ESPECIE

LA AMÍGDALA ES LA ZONA DEL CEREBRO DONDE SE CREA Y ALMACENA EL PREJUICIO

► ejemplo, si tomamos *perro*, al oír esa palabra, algunas neuronas se despiertan y activan para recordarnos que tiene cuatro patas; otras contienen la información de que ladra; otras te dicen que tiene pelo... De manera que pensar un concepto o esquema es como despertar a todas esas neuronas a la vez. Lo mismo ocurre si en lugar de perro decimos *mujer, judío o pobre*. La información “está muy entrelazada en el cerebro, lo que significa que si usas una parte del esquema, aunque sólo digas: ‘Este chico es gay’, se activan todas las partes del esquema de homosexuales”, dice Fine, aunque lo que ese esquema contenga variará según la cultura, la sociedad y el individuo.

Cuestión de supervivencia Esos esquemas, cuando se refieren a otras personas, se rellenan de los juicios de valor que elaboramos de los otros. De esto se encarga la amígdala, una estructura muy pequeña y evolutivamente muy antigua, situada en el lóbulo temporal del cerebro; forma parte de los circuitos responsables de la emoción, de la motivación y del control autónomo. Junto con otras regiones –el hipocampo, el septum y el hipotálamo–, configura el sistema límbico, responsable directo de la codificación del mundo personal e intransferible de los sentimientos y emociones. La amígdala cumple con muchas funciones, desde las visuales más básicas hasta la capacidad para mantenernos alerta; de hecho, el binomio miedo-agresión está asentado aquí. Esta región también está relacionada con la percepción que tenemos de alguien: cuanto más sentimos que podemos depositar nuestra confianza en una persona, menos se activa esta zona, y cuanto más desconfiamos, más activa está. Y es en esta pequeña región, con forma de almendra, donde se gestan estereotipos y prejuicios. Seguramente se originaron como una estrategia de supervivencia para tomar decisiones más rápido. Si ante cada nueva circunstancia el cerebro tuviera que procesar toda la información, recabar todos los datos, valorarlos y obrar en consecuencia, ya no estaríamos aquí. ¡Nos hubiéramos extinguido! Hace mucho mucho tiempo, unos 100.000 años, nuestros antepasados aún estaban en África y no habían comenzado su éxodo por el planeta, mientras los neardentales se expandían por todo el mundo. La población de seres humanos se redujo a unos 2.000 individuos, al borde de la extinción. “Para sobrevivir, tuvieron que aprender a cooperar, a ayudarse unos a otros, a formar equipos para cazar y defenderse de animales más fuertes”, cuenta Scott Atran, antropólogo, profesor de la Universidad de Michigan y del Colegio Universitario de Justicia Penal John Jay (Nueva York), quien además dirige el Centro Nacional de Investigación Científica de París (CNRS). Nuestros antecesores cooperaban, eran compasivos, tenían cierta moral y justicia con aquellos que eran de su grupo y también desarrollaron mecanismos para protegerse de sus rivales. “En realidad, no puedes funcionar en un grupo a menos que hagas suposiciones sobre otras personas. Es así como hemos desarrollado maneras de emitir juicios de confianza y desconfianza. Si somos de ►

LA NEUROIMAGEN NO ENGAÑA

Junto a su grupo de investigación de la universidad de Princeton, la psicóloga Susan Fiske analiza cómo se forman los prejuicios y estereotipos en la sociedad. Para ello estudia la respuesta del cerebro mediante técnicas de imagen. Hace un tiempo su equipo emprendió un estudio sobre cómo responde nuestro cerebro cuando nos enfrentamos a la presencia de colectivos distintos. Para ello llevaron a cabo un experimento que consistió en seleccionar a un grupo de personas a las que les preguntaron por determinados grupos sociales y cómo se sentían con ellos y hacia ellos. “La reacción que mostraban los europeos ante vagabundos, drogadictos y gitanos era de desprecio. La sociedad suele ver con repugnancia estos colectivos, a los que considera esencialmente sucios”, relata Fiske. Mediante técnicas de neuroimagen, esta investigadora norteamericana y su equipo vieron que el córtex medio prefrontal, que se activa al pensar en otras personas, cuando se trata de estos colectivos no se iluminaba como sucede habitualmente. Por el contrario, sí según esta investigación, sí se activaba la ínsula, una zona asociada una percepción desagradable. Y esto era así independientemente de que el pensamiento racional del individuo estudiado coincidiera con esa percepción o no

► grupos distintos, tenemos que estar seguros de que los otros no han venido a matarnos”, añade este antropólogo. Y esos prejuicios que hacían que nuestros antepasados se acercaran a otros individuos o salieran, por el contrario, pitando, se formaban al instante. “La manera más rápida de distinguir entre tu grupo y otro, de saber si puedes confiar en el que tienes delante en un segundo es mirando si habla el mismo idioma, tiene el mismo acento, la misma piel”, explica Atran. “Sólo necesitamos una fracción de segundo, para decidir si confiamos o no en él. Y tenemos que hacerlo así para poder sobrevivir”, añade Susan Fiske, de la Universidad de Princeton.

Efectos secundarios Los prejuicios nos ayudan a desenvolvemos en el mundo, de acuerdo, son esenciales para nuestra supervivencia, pero tienen también efectos secundarios indeseables, y es que actúan como una especie de filtro que influye sobre la forma como percibimos la realidad: afectan a nuestra interpretación del comportamiento de los otros e incluso tienen el poder de generar predicciones de nuestras creencias estereotipadas. Además de intolerante, nuestro cerebro es un mal estadista: en él no funciona que cien veces pase X y sólo dos, Y; porque se queda con Y. Tampoco lleva nada bien eso de que lo contradigan, de que aparezca una evidencia que refute sus afirmaciones, por lo que utiliza una serie de trucos y recursos para desestimar aquellas pruebas que van en contra de sus creencias. “Eso puede condenarnos a estar eternamente con prejuicios y con una perspectiva dañina de nuestros compañeros”, afirma la neurocientífica Cordelia Fine.

El segundo peligro potencial de los estereotipos es su capacidad de cambiar nuestra conducta, y eso puede afectar a los demás. “Cuando proyectas tus estereotipos sobre los otros, la imagen que te llega de vuelta es más un reflejo de tu propia conducta que de sus verdaderas cualidades. Y, sin embargo, tu rol en esta horrible distorsión pasa desapercibido”, explica Fine. Y pone como ejemplo que si un día caminamos solos por una calle y vemos a una persona negra, puede que cambiemos de acera. En nuestro cerebro se ha disparado el tópico de que esa persona es violenta. Al cambiar de acera, la otra persona puede pensar que lo has hecho porque crees que te va a robar y por tanto, molesta, puede modificar el paso o su expresión. Y eso nosotros lo tomamos como una comprobación de nuestra teoría de que los negros son más violentos, cuando en realidad esa persona sólo ha respondido a tu acción. Los estereotipos afectan a individuos y a colectivos por completo. Un grupo de psicólogos realizó un experimento con un grupo de mujeres que estudiaban matemáticas. Existe un tópico muy extendido que afirma que los hombres superan a las mujeres en esta disciplina, lo que, además, ha suscitado todo tipo de teorías sobre las capacidades genéticas de ambos sexos para esta ciencia. A un grupo de estudiantes de una facultad de matemá-

ticas les dieron un examen complicado y los chicos consiguieron mejores resultados que las chicas. Dieron ese mismo examen a un segundo grupo al que antes habían mostrado un vídeo en el que se les informaba de que las diferencias de género no influyen en los resultados de los exámenes. Curiosamente, ellas obtuvieron los mismos resultados que ellos. Pero el experimento no acabó ahí. A un tercer grupo les pasaron el mismo examen pero antes les hicieron ver un reportaje que explicaba que era importante que tuvieran en cuenta cómo el estereotipo afecta a sus resultados y los efectos que podría ejercer sobre sus respuestas. Y... las chicas tuvieron notas ligeramente superiores a los chicos. Paradójicamente, esos estereotipos que tanto pueden afectar a un grupo también pueden beneficiar a otro; que el tópico diga que a los chicos se les dan mejor las *mates* hace que confíen más en sus capacidades.

Podemos resistirnos Los esquemas, la forma de organizar el conocimiento que tiene nuestro cerebro, proporcionan una forma rápida de interpretar la información del complicado mundo que nos rodea. “Un cerebro intolerante es un cerebro eficiente –afirma la neurocientífica Fine–. Puede moverse rápidamente de un sitio a otro”. Sin embargo, esa velocidad tiene un coste de precisión: nuestros esquemas no reflejan la realidad. “No siempre tenemos el tiempo, la oportunidad, la motivación o los recursos mentales que necesitamos para considerar la riqueza, la complejidad y las personalidades únicas de quienes nos rodean o vamos conociendo”, reflexiona Cordelia Fine. Seguramente, en muchas ocasiones ni tan sólo reconocemos esos estereotipos. Los psicólogos sociales están empezando a explorar qué estrategias nos podrían ayudar a frustrar esas tendencias intolerantes. Porque que nuestro cerebro tienda a generar y a ser fiel a determinados estereotipos no significa que debamos resignarnos. Podemos ejercer cierto control sobre ellos y disminuir su influencia. El primer paso para ello es ser conscientes y eso requiere un gran esfuerzo mental, puesto que cuando la guardia está baja, ¡esos pensamientos salen a flote! A nuestro consciente se le da bastante mal hacer varias cosas a la vez. Cuando está estresado, demasiado ocupado, cansado, distraído o bajo presión, los tópicos salen de los pantanosos terrenos del subconsciente, y campan a sus anchas por nuestros pensamientos ejerciendo su influencia negativa.

¡Pero no todo está perdido! “Podemos deshacernos de ellos. Hay que dar a la gente información sobre el colectivo que sea para que rompa sus creencias”, afirma Susan Fiske. Otra forma de romper con ellos es establecer un contacto entre los grupos minoritarios y los mayoritarios, entre los habitantes del pueblo y los recién llegados; ponerlos en igualdad de condiciones para que cooperen en pos de un mismo objetivo. “Puede que al principio haya fricciones, pero la interacción hace que los sentimientos cambien”. ■

LOS ESQUEMAS MENTALES SON UN FILTRO QUE DISTORSIONA LA REALIDAD

LA CIENCIA DETECTA CUÁL ES LA RAÍZ NEURONAL DE NUESTROS PREJUICIOS