

LA PSICOLOGÍA CIENTÍFICA Y LAS PSEUDOPSICOLOGÍAS

Por Carlos J. Álvarez Glez

La Psicología científica.

La Psicología nace como ciencia en el siglo XIX. Es un momento apasionante donde sesudos filósofos del conocimiento y de la mente convergen con eminentes fisiólogos, intentando despojar al estudio de lo mental de la especulación y la metafísica, para así colocarlo junto a las otras ciencias objetivas. La psicofísica, representada por investigadores como Weber y Fechner intenta medir cuantitativamente lo mental y establecer un puente entre lo físico y lo psicológico. Se rompía de esta forma el viejo dualismo cartesiano según el cual la mente era inabordable por la Ciencia. Llegaron a establecer leyes y fórmulas matemáticas que indicaban cuánto debía aumentar o disminuir una magnitud física concreta (vg. el peso de un objeto) para que el sujeto notara el cambio (la sensación). Es probablemente la primera vez que un proceso mental se mide objetivamente y de forma cuantitativa. Muchas de sus ideas y métodos continúan vigentes en la actualidad.

Luego sería Wilhelm Wundt el que establecería el primer laboratorio de Psicología en Leipzig, Alemania, y daría nombre y "certificado de nacimiento" a la nueva disciplina científica. Desde ese momento, los avances en el conocimiento empírico de nuestros procesos mentales y nuestra conducta fueron imparables. Desde un enfoque correlacional, diferente al experimental de Wundt, surgen los tests y la psicometría, que cuantifican y miden numéricamente factores que hasta ese momento pertenecían al ámbito de lo especulativo, tales como la personalidad o la inteligencia. Los avances estadísticos realizados en este periodo por psicólogos como Pearson o Galton alcanzaron a todas las disciplinas científicas.

La aventura continúa en el siglo XX, donde la Psicología Conductista norteamericana (previamente influida por Darwin y la teoría de la evolución) y la Psicología soviética coinciden en sus planteamientos experimentales y epistemológicos positivistas para alinear a la disciplina dentro de las ciencias naturales. La influencia de un fisiólogo como Pavlov, quien descubrió el reflejo condicionado por casualidad cuando estudiaba los jugos gástricos animales, es innegable. A pesar de los avances del siglo anterior, se niega en este momento la posibilidad de estudiar todo aquello que no se pueda observar y medir, reemplazando como objeto de estudio la mente por la conducta. La introspección como técnica para el análisis de los procesos mentales había entrado en crisis, llevando a la Psicología Experimental a un callejón sin salida.

A mitad de siglo, sin embargo, y debido en buena parte a la aparición de los ordenadores y la computación, aparece la Ciencia Cognitiva, fruto de la convergencia multidisciplinar entre psicólogos, matemáticos, técnicos en computación, ingenieros, neurofisiólogos, filósofos de la mente y lingüistas. En este momento, y gracias a la noción de cómputo, la Psicología Cognitiva recupera el estudio de los procesos mentales pero heredando del Conductismo sus métodos experimentales y la idea de que sólo se puede hacer ciencia a partir de lo empírico y objetivo. Y así llegamos a nuestros días, donde la Psicología Cognitiva, de mano con las Neurociencias, dibuja un futuro cercano donde los avances en la comprensión de nuestra mente y de nuestro cerebro serán espectaculares. En el campo aplicado, la convergencia de planteamientos conductuales y cognitivos ha dado lugar a técnicas para resolver problemas individuales o sociales y a terapias científicamente probadas, de forma similar a como se hace en farmacología o en la medicina (vg. metodologías de doble ciego, asignación al azar de sujetos y análisis estadísticos inferenciales).

Las pseudopsicologías

En paralelo con esta emocionante empresa, asistimos perplejos a la proliferación de multitud de pseudopsicologías o "psicologías alternativas", de tintes posmodernos y New Age que, por un lado,

niegan y rechazan el método científico, y por otro, intentan hacerse pasar por “ciencias”. Algunas de estas pseudopsicologías son las siguientes:

1) Parapsicología. El hecho de que la palabra psicología se encuentre en el mismo puede llevar a engaños, algo muy similar a lo que ocurre con los términos astronomía (ciencia) y astrología (pseudociencia). La parapsicología no es ninguna rama ni especialidad de la psicología, ni se imparte como materia en ninguna universidad española. Es cierto que se han realizado experimentos, sobre todo en EE.UU. y en el Reino Unido (en Edimburgo existe un laboratorio de parapsicología en la propia facultad de Psicología), que supuestamente han encontrado evidencia de ciertos fenómenos paranormales como la telepatía o la telequinesis (mover objetos con la mente). Entre ellos cabría citar a Rhine, uno de los fundadores de la parapsicología, Levy, Targ, Puthoff y muchos otros, incluyendo a los más actuales, por ejemplo Honorton y sus experimentos ganzfeld. El ganzfeld es un campo visual y perceptivo homogéneo bajo el cual los sujetos intentan usar sus poderes psíquicos para describir un dibujo u otro estímulo visto por el “remitente” en una habitación distante. De acuerdo siempre a sus autores, parece que esta nueva técnica está dando resultados prometedores. Sin embargo, son muchas las críticas de tipo metodológico y estadístico realizadas por investigadores escépticos como los psicólogos Stokes, Hyman, Alcock y Wiseman.

Lo que diferencia a la parapsicología, incluso a la crédula, de otras pseudociencias es que comparte con la ciencia en general y con la Psicología en particular la idea de que el método científico es la mejor vía para la comprensión del mundo, incluidos los supuestos fenómenos paranormales. Y también es preciso reconocer que algunos parapsicólogos son honrados y poseen una buena formación experimental y estadística. Otra cosa bien distinta es que su deseo y ansia por encontrar evidencia de poderes extrasensoriales muchas veces les pierda. Y es que su objetivo de establecer una base científica para la fenomenología paranormal sigue igual ahora que hace veinte años. La mayor parte de sus resultados son imposibles de reproducir (algo fundamental en ciencia) y han sido puestos en entredicho por la Psicología científica debido a sus sesgos y errores metodológicos. Algunos han sido simplemente fraudes. Por otro lado, no existen modelos teóricos para explicar los datos. La definición misma de Percepción Extrainsensorial o de cualquier otro supuesto fenómeno paranormal es puramente descriptiva (no explicativa, algo también fundamental en ciencia) y se basa en una negación: aquella percepción que NO se realiza a través de los sentidos. Por otro lado, y esto resulta lamentable, la mayoría de personas que se autocalifican como parapsicólogos no poseen ninguna titulación universitaria ni formación investigadora alguna.

2) La terapia de regresión tiene influencias de corte psicoanalítico y fue creada en el siglo XIX por Pierre Janet y hoy es célebre gracias al psiquiatra Brain Weiss. La denominada regresión terapéutica es una técnica según la cual podemos volver hacia atrás en nuestros recuerdos, acceder a experiencias pasadas, para poder cambiar contenidos de tipo inconsciente que penetraron en nuestra mente y que son la causa de muchos males presentes. Según defensores de esta terapia, lo que recordamos no es necesariamente lo que ocurrió, algo constatado de sobra por la Psicología científica, sino una representación de nuestro inconsciente. Resulta curioso que una terapia de corte psicoanalítico como ésta reconozca la falsedad de los recuerdos. Sin embargo, su explicación de lo que se recuerda es aún más curiosa: contenidos inconscientes. Resulta mucho más parsimonioso hablar de falsos recuerdos susceptibles de ser inducidos por la propia terapia que de contenidos inconscientes, como ha demostrado en multitud de experimentos la Psicología Cognitiva y que veremos posteriormente. Éste es, a mi modo de ver, uno de los peligros mayores de este tipo de terapias: confundir recuerdos reprimidos con recuerdos inducidos o falsos.

3) Pero la lista de psicologías alternativas que nada tienen que ver con el estudio responsable de la mente es interminable. Algunos ejemplos actuales y que podemos encontrarnos con cierta frecuencia son los siguientes: la anteriormente mencionada terapia holística, la psicología holística, el análisis transaccional y la psicología transpersonal. Estos tres casos constituyen un grupo de sistemas de diagnósticos y tratamientos en los que se mezclan conceptos psicológicos con otros absolutamente esotéricos, pseudocientíficos, irracionales cuando no delirantes. Estas pseudopsicologías se caracterizan por el empleo de términos ligados a la Nueva Era como crecimiento personal, espiritualidad, el verdadero Yo interior, etc. así como su capacidad para relacionar todo con todo. Sus conexiones con el esoterismo y lo paranormal quedan patentes cuando, en sus publicaciones y páginas web encontramos que es normal hablar de ceremonias chamánicas, conexiones cármicas, vidas anteriores, etc. En fin, se trata de un cóctel que produce vértigo, donde se mezcla la reencarnación, la influencia de los astros, los poderes mentales, la parapsicología y curiosamente, casi nada de Psicología.

4) Otra pseudopsicología es la programación **neurolingüística (PNL)**, cada vez más popular. Este caso es especialmente delicado desde nuestro punto de vista ya que su nombre suena a disciplina científica: igual que la neuropsicología es una disciplina científica que estudia el sustrato biológico o neurológico de las capacidades mentales, se podría pensar que la PNL tiene algo que ver con la neurolingüística, que estudia las bases biológicas del lenguaje. Nada más lejos de la realidad. La PNL surge en los años setenta de la mano de un profesor de lingüística, John Grinder y de un estudiante de Psicología, Richard Bandler. Uno de sus postulados fundamentales es que los movimientos del cuerpo y la manera de respirar son indicadores claros de cómo las personas piensan. Por ejemplo, un pensador visual (signifique eso lo que signifique) respira a la altura del pecho, mientras que uno auditivo lo hace entre el pecho y el abdomen. La forma en que miramos también refleja lo que pensamos. Otra premisa básica de la PNL es que las palabras que usamos reflejan la percepción interna e inconsciente de nuestros problemas. Si estas palabras y percepciones son inadecuadas y las seguimos utilizando, los problemas persistirán. Si elimináramos lo referente a lo inconsciente y a las palabras, esta última premisa no sería descabellada, y de hecho es la base de las terapias conductual-cognitivas, que emplean tratamientos empíricamente validados y que constituyen la orientación mayoritaria en Psicología clínica. El problema es que enseguida comprobamos cómo se mezclan procesos mentales que son psicológicamente distintos y que la PNL utiliza de forma indiscriminada: hablan de aptitudes, de percepciones, de palabras y frases, de imágenes mentales o de procesos cerebrales como si todo fuera lo mismo. Pero, de nuevo, lo que termina de ubicar a la PNL es el empleo de conceptos y términos Nueva Era como cómo ser felices, desarrollo personal, la magia del cambio, despertando el poder, etc. Sus conexiones con las orientaciones "holísticas" son explícitas, como puede verse en sus links con parapsicología, medicinas alternativas, reiki, shiatsu y todo el entramado genuinamente New Age. Algunos psicólogos científicos, como Cross y colaboradores, sometieron algunos de los postulados fundamentales de la PNL a comprobación empírica. Los resultados de uno de los experimentos no mostraron ninguna correlación significativa entre movimientos de los ojos y verbalizaciones, una predicción de la PNL. En un segundo experimento, llegan a la conclusión de que no existe la más mínima evidencia de que pueda predecirse el sistema de representación preferido por un sujeto a partir de la observación de sus gestos y movimientos.

5) Rebirthing o renacimiento. Este sistema está relacionado con el anterior por la importancia que conceden a la respiración. Según sus proponentes, la respiración está íntimamente relacionada con el subconsciente. Por ello, es importantísimo saber respirar (¡cómo si nos tuvieran que enseñar a ello!), y una de las cuestiones en las que se enfatiza es en la realización de ejercicios llamados Respiración Circular Consciente. A través de estos ejercicios se somete a la respiración a un control voluntario, con lo cual se convierte en un puente entre las funciones conscientes e inconscientes de nuestro cuerpo-mente (¿?), pudiendo así solucionar todos nuestros males y tener una vida próspera. Hace tiempo, algunos socios de ARP asistimos a unas charlas informativas de esta terapia en Tenerife. Aparte de lo que se nos contó, hicimos ejercicios de respiración en los que se nos pedía al público que inspirásemos y expirásemos muy rápido y fuerte. Muchas personas reportaron luego sentirse "distintas" y "raras". Tuvimos que ser nosotros los que explicáramos que eso se debía simplemente a la hiperventilación. O sea, que no sólo no son buenos esos ejercicios sino que pueden ser perjudiciales para la salud.

Aparte de la respiración también trabajan la regresión. Los lectores recordarán el caso acaecido hace unos años de la niña de 10 años que murió asfixiada bajo mantas y que llevó a los tribunales tanto a la madre como a las terapeutas del rebirthing. Intentaban hacerla renacer a través de una regresión cuyo objetivo era llevarla al útero materno. Aparte de que esta terapia cuenta en su haber hasta con asesinatos infantiles, huelga decir que el entramado en el que se sostiene se cae por su propio peso y los problemas son obvios: un cúmulo enorme de despropósitos y postulados sin la más mínima base, e indeterminación en toda la teoría. Por ejemplo, qué es el subconsciente, por qué se relaciona éste con la respiración y cómo, etc.

Una de las características de estas pseudopsicologías es el eclecticismo, es decir, la facilidad para mezclar todo con todo, como ya hemos visto. Normalmente, los grandes maestros de la psicología transaccional también son muy buenos en PNL, en parapsicología, etc. Y el rebirthing no es una excepción. En el mismo seminario se nos habló de cursos de milagros, y de la respiración fuimos pasando a planteamientos religiosos y místicos, así como de libros escritos por Jesucristo reencarnado.

6) Grafología. Muchas personas creen que la técnica mediante la cual puede conocerse la personalidad de una persona a través de su escritura está probada científicamente. Sin embargo,

los estudios empíricos realizados son contundentes: no existe ninguna relación sistemática entre escritura y características de personalidad. El estudio de Beyersteins en 1992, por ejemplo, analizó 200 estudios grafológicos, llegando a la conclusión de que la grafología no es válida ni fiable. En otros estudios, se ha pedido a diferentes grafólogos que analicen una misma muestra de personas. Curiosamente, todos llegan a conclusiones distintas sobre las personas estudiadas, como expone Tripician en un artículo reciente del *Skeptical Inquirer*. Por otro lado, existen muchas escuelas de grafología que hacen predicciones contrarias, y se ha comprobado que la interpretación depende mucho de la persona concreta que la realice.

7) Como último ejemplo de utilización ilegítima de conceptos y términos psicológicos no podemos olvidarnos de la larga lista de **supercherías y teorías irracionales** sin la más mínima base: astrología, lectura del tarot, brujería, quiromancia, etc. Pueden ser consideradas pseudopsicologías porque todas pretenden ser sistemas de psicodiagnóstico, es decir, tienen la pretensión de poder diagnosticar características de personalidad, temperamento y problemas/patologías. Sus practicantes no dudan en acudir a términos psicológicos para ganar más dinero y aumentar la credibilidad de sus prácticas fraudulentas. Es frecuente escucharles sin el más mínimo pudor que lo que ellos hacen es científico con el fin de investir de cierto rigor y fiabilidad a sus prácticas.

8) Es cierto que existen teorías y terapias de tipo psicológico que no pueden denominarse científicas, como **el psicoanálisis**. Sin embargo, desde mi punto de vista, sería injusto por diversos motivos meter en el mismo saco a esta orientación y a las anteriormente mencionadas. Primero, el psicoanálisis surge dentro de la tradición médica y de la noción de enfermedad mental del siglo XIX. Tanto su nacimiento como su posterior desarrollo transcurren en paralelo y sin ningún contacto con la evolución de la Psicología resumida en el primer epígrafe. En sentido estricto podría afirmarse que el psicoanálisis no es Psicología. Segundo, las teorías psicoanalíticas fueron inicialmente propuestas por eminentes pensadores con una sólida formación para la época, como el psiquiatra Sigmund Freud. Sus contribuciones e influencia, tales como el concepto del subconsciente, de la represión, del superego, etc. son evidentes en el pensamiento moderno en general. De hecho, la influencia del psicoanálisis ha sido mayor en psiquiatría y en otras disciplinas sociales y humanistas que en la propia Psicología, donde como hemos dicho, nunca ha conformado un paradigma en sentido estricto usando la terminología de Kuhn. Como ya se ha comentado, es una escuela que proviene de la medicina, no de la Psicología. Las orientaciones psicoanalíticas han estado representadas de forma marginal, cuando no ausentes, en la Psicología académica, exceptuando algunos países sobre todo latinoamericanos. En tercer lugar, muchas de sus ideas sobre la sexualidad humana probablemente estaban justificadas en los pacientes que Freud trató (mayoritariamente mujeres adultas en plena época victoriana y puritana) y subyacen a muchos problemas psicopatológicos. Conceptos como el de los mecanismos de defensa, la proyección, la negación de un problema o la importancia relativa de la sexualidad se encuentran frecuentemente en la praxis clínica, aunque los términos y las explicaciones puedan ser diferentes desde una óptica científica. Sin embargo, uno de los errores de Freud fue generalizar sus conclusiones a todo ser humano, además de que la mayor parte de sus interpretaciones de lo consciente con respecto a lo inconsciente son absolutamente discutibles y carecen de constatación empírica. Ningún psicoanalista se ha caracterizado por sus simpatías hacia el método científico.

Es probable que algún colega que trabaje en Psicología clínica o aplicada en general argumentaría que es muy fácil hacer una crítica a aquellas ramas de la Psicología no científicas, como el psicoanálisis, desde una perspectiva académica, desde la investigación de laboratorio. Que tendría que salir a la calle y que no es lo mismo los experimentos sobre microprocesos en contextos controlados realizados por los científicos cognitivos que la vida real y la Psicología aplicada, donde lo importante es que las cosas funcionen y se resuelvan los problemas de las personas. Sin embargo, la historia del conocimiento ha demostrado que el método científico es la mejor forma de avanzar sobre seguro y que ha supuesto el mayor aporte de cosas que funcionan. En este sentido, son muchas las investigaciones sobre la eficacia de los tratamientos psicológicos que ponen en duda el valor terapéutico del psicoanálisis y otras orientaciones no científicas. Entre ellos cabría destacar el amplio estudio llevado a cabo en 1995 y 1996 por la División de Psicología Clínica de la Sociedad Americana de Psicología. En esta investigación se evaluaron un gran número de tratamientos para muchos desórdenes mentales. Las conclusiones de su publicación sobre tratamientos psicológicos empíricamente validados son contundentes: los más efectivos son, sin ningún género de dudas, los conductuales y los cognitivo-conductuales. Es decir, precisamente aquellos que se basan en teorías científicas sobre el comportamiento y que están rutinariamente sometidos a validación empírica. Aún así, el psicoanálisis continúa vigente, siendo la orientación predominante en algunas facultades de Psicología, sobre todo latinoamericanas. Por otro lado, los desvaríos de algunos neo-psicoanalistas como Lacan y su interpretación errónea de conceptos

científicos han sido expuestos por Sokal y Bricmont, en su excelente obra *Imposturas intelectuales*. Pero repito: a pesar de no ser una orientación científica creo que al menos algunas ideas psicoanalíticas no merecen el mismo tratamiento que las terapias alternativas aquí expuestas. Por lo menos habría que considerar al psicoanálisis como una teoría filosófica curiosa y no carente de interés sobre la mente humana, además de reconocer su influencia en el pensamiento moderno en general. Las críticas de la Psicología científica a esta teoría deben encuadrarse en otro contexto distinto de la crítica a las paraciencias. Lo mismo podría decirse de muchas tendencias fenomenológicas y humanistas, algunas emparentadas con el psicoanálisis, las teorías del niño interior, algunas tendencias mínimamente serias del análisis transaccional o las terapias gestálticas. Por cierto, de éstas últimas hay que destacar la nula relación que tienen con la escuela de la Gestalt, desarrollada a principios del siglo XX en Alemania por psicólogos como Wertheimer, Koffka o Köhler, una de las orientaciones explícitamente científicas dentro de la Psicología, y cuyos trabajos sobre la percepción visual o sobre el pensamiento son ineludibles en cualquier libro de texto de Psicología. Entre estos trabajos habría que destacar las investigaciones con primates no humanos de Wolfgang Köhler sobre el insight y la resolución de problemas en chimpancés, realizadas en la primera estación primatológica del mundo en el Puerto de la Cruz (Tenerife) a principios del siglo XX.

Psicología “transpersonal” e hipnosis regresiva

Aunque anteriormente hemos aludido a la psicología transpersonal y a las terapias de regresión, para finalizar nos detendremos un poco más en el empleo de la hipnosis regresiva.

Resulta sumamente peligroso cuando los pseudocientíficos de la mente, estos elementos reaccionarios que reivindican una vuelta al oscurantismo, a la superchería y a la incultura, son psicólogos/as titulados/as. Es obvio que en todas las profesiones hay garbanzos negros, bien sea por oportunismo o por incapacidad. La formación científica no es fácil, y hacer ciencia requiere, aparte de una licenciatura, muchos años de preparación en metodología, matemáticas, diseños de investigación, etc. Es mucho más fácil leerse unos pocos libros de opiniones sin atisbo de crítica sobre hipnosis, poderes paranormales o astrología, como hace la autodenominada psicología transpersonal. Hace poco, uno de estos psicólogos transpersonales, quien además suele salir en programas de asuntos paranormales en televisiones locales, impartió unas conferencias en Santa Cruz y en el Puerto de la Cruz. Uno de los temas que trató fue la regresión hipnótica, según la cual podemos regresar al pasado o... ¡¡¡ otras vidas! Aparte de engañar al público e ir en contra del código ético del psicólogo (según el cual sólo se aplicarán técnicas empíricamente comprobadas), el conferenciante fue más allá: la regresión hipnótica puede curar o ayudar a curar el cáncer. Afirmaciones como ésta no requieren más comentario sino una actuación judicial. No es ya sólo una cuestión de mantener hipótesis falsas y absurdas, sino de un peligro enorme contra la salud pública. El problema es que la hipnosis es uno de los temas que más mitos, creencias erróneas o leyendas urbanas sobre la mente humana ha generado.

El uso de procedimientos similares a la hipnosis para cambiar el comportamiento se remonta a la más remota antigüedad, y existe evidencia de su uso en el antiguo Egipto, en la Grecia clásica o en la antigua China. El comienzo de la evolución del concepto de hipnosis moderno habría que situarlo en Mesmer, un médico vienés del siglo XVIII y padre del magnetismo animal, quien creía que los trances hipnóticos que observaba en sus pacientes eran debidos al magnetismo irradiado por su persona. Había descubierto, sin saberlo, el poder de la sugestión. En el siglo XIX, la hipnosis sería vista por Charcot (maestro de Freud) como un producto de la enfermedad mental que él llamaba histeria. Posteriormente, la hipnosis sería utilizada por Freud para recuperar experiencias traumáticas, aunque la abandonaría más tarde al descubrir que no era necesaria.

Existe la creencia generalizada de que la hipnosis es algo así como un estado especial de consciencia, diferente al sueño o la vigilia, en el que la persona pierde su voluntad convirtiéndose en una especie de marioneta. Además, se piensa que a través de la hipnosis se puede viajar al pasado y recuperar nítidamente recuerdos ocultos, reprimidos, pudiéndose revivir situaciones pasadas. Ésta es también la visión que de la hipnosis tienen las pseudociencias de la mente. Pero la evidencia aportada por las investigaciones científicas de la hipnosis nos dice que todo esto es sencillamente falso. El llamado trance hipnótico no existe.

Por ejemplo, la Psicología científica ha demostrado que la regresión hipnótica no es real, no existe como tal. La hipnosis es un estado donde personas sugestionables lo son aún más, provocando que el sujeto hipnotizado actúe según sus creencias y aquello que el hipnotizador le dice. Se establece

así una situación de role-playing donde cada uno desempeña su papel. Por ejemplo, se sabe que nadie haría cosas bajo hipnosis que no haría en un estado no hipnótico o que no quisiera hacer. En el caso de la regresión, no está viajando literalmente al pasado, sino recreando o imaginando que está allí, porque así le ha sido sugerido por el hipnotizador y porque desea hacerlo.

Como se dijo anteriormente, se ha comprobado de sobra en multitud de experimentos que la hipnosis no incrementa el recuerdo ni su precisión, y que sin embargo, aumenta la posibilidad de generar y recuperar recuerdos falsos. Científicos cognitivos como Loftus o Spanos han demostrado que es relativamente sencillo inducir recuerdos falsos mediante hipnosis (y también sin hipnosis). Estos y otros investigadores han denunciado y demostrado empíricamente la recuperación mediante hipnosis de recuerdos de rituales satánicos que jamás sucedieron, abusos sexuales que no existieron, abducciones por seres extraterrestres, contactos con fantasmas y espíritus, "visitas" a vidas pasadas, etc. Por tanto, podemos afirmar de acuerdo con la más que amplia bibliografía científica, que la regresión hipnótica no existe, y que el uso de la hipnosis no tiene sentido más allá de su empleo como método de relajación o con el fin de inducir una sugestión que puede ser beneficiosa, como hace minoritariamente la Psicología clínica cognitivo-conductual (aquella que utiliza procedimientos empíricamente validados).

Conclusión

El camino desde el ancestral "estudio del alma" hasta las actuales ciencias de la mente, la conducta y el cerebro ha sido largo, intenso y apasionante. No ha sido una senda fácil. Pero los avances que están teniendo lugar en la actualidad y los que se perciben para un futuro cercano son estimulantes. Por eso, creo que es fácil entender que no podemos permanecer impasibles ante aquellos oscuros personajes que, movidos por intereses de enriquecimiento personal a costa de la salud de los otros, pretenden hacernos retroceder a una nueva edad media de superstición, sinrazón e irracionalidad, desdeñando así la auténtica aventura del conocimiento.

Dr. Carlos J. Álvarez Glez.
Profesor Titular de Psicología Cognitiva
Universidad de La Laguna