



Ira reprimida: paz hoy, furia mañana

Un asistente de vuelo perdió el control y abandonó el avión por el tobogán de emergencia. Los especialistas hablan de los efectos de vivir en una sociedad en la cual la expresión de la rabia es condenada en forma tenaz.

TEXTO: Ricardo Acevedo Zalaquett

UNA pasajera impaciente. Un asistente de vuelo con 30 años de experiencia. La disputa por una maleta. Trifulca. El asistente de vuelo golpeado por la pasajera -con la maleta- y un arranque de furia que transformó al personaje agredido en una auténtica celebridad en sitios como Twitter y Facebook. No era para menos: sin importar las consecuencias, Steven Slater tomó el altoparlante, insultó a los pasajeros, sacó dos botellas de cerveza, activó el tobogán de emergencia y se mandó cambiar. No sin antes hacer ver a todo el mundo que ya estaba harto de las humillaciones que le ocasionaba su trabajo.

Afortunadamente, el avión ya estaba sobre la losa. Y afortunadamente, su vida tomó un giro insospechado luego de que la aerolínea lo suspendiera y la policía lo liberara tras arrestarlo por su actitud desubicada. Ahora le ofrecieron protagonizar un reality show y contrató a un representante, de esos que manejan la vida y solucionan crisis a las estrellas de Hollywood. Todo el revuelo cau-

sado por el inusual comportamiento de Slater revela no sólo las consecuencias psicológicas que puede desencadenar la supresión de la ira, sino también, los efectos de vivir en una sociedad en la cual la expresión de la rabia es condenada sistemáticamente.

La rabia histórica

Según explica un artículo publicado en el portal del Centro para Académicos Wilson Woodrow, EE.UU., hasta el siglo XIX la expresión de la rabia era considerada como un atributo indispensable para el hombre de aquellos tiempos. El historiador de la Universidad George Mason, Peter N. Stearns, explica que los hombres de esa época podían moderar su temperamento como un caballo en disputas intrascendentes, pero eran "implacables" si se sentían injustamente provocados.

No sería sino hasta la década de los años 20 cuando las sociedades capitalistas comenzaron a relacionar la expresión de la rabia con la ineficiencia. El enojo, especialmente en situaciones de trabajo, desgastaba a los trabajadores, generaba problemas laborales, dañaba la calidad de los servicios y las ventas en las empresas. Fue así que deportes como el Box cayeron en un total descrédito para las clases medias y que "perder la calma pasó a ser considerado sinónimo de "perder el argumento", dice el artículo.

Lo cierto es que controlar esta clase de emociones resulta fundamental para mantener la armonía social, pero el punto es que en la sociedad moderna prácticamente no existen espacios para "el desahogo ciudadano". Carlos Livacic, doctor en Sociología de la U. Central, explica que la llamada "sociología de las relaciones humanas" comenzó a ocuparse de este problema a partir de los años 50.

A medida que las sociedades avanzan en su desarrollo, explica, la inhibición de la ira comienza a ser un rasgo social cada vez más valorado. "No digo que la expresión de la

Una respuesta biológica

Una investigación dada a conocer en 2004 por expertos holandeses y húngaros en la revista de la Asociación de Psicología Americana (APA), señalaba que tras los arranques de ira se oculta una especie de círculo vicioso, en el que participan las hormonas del estrés y los mecanismos cerebrales involucrados en el comportamiento agresivo. Ambos tendrían la capacidad de reforzarse mutuamente provocando un ciclo difícil de detener. En todo este ciclo participan las hormonas del estrés, como el cortisol y la adrenalina, que forman parte del mecanismo biológico considerado vital para la supervivencia. Ante situaciones de peligro, estas hormonas nos impulsan a defendernos y a pelear o bien, a escapar tan pronto como sea posible.



rabia sea válido como fenómeno, pero se deriva una situación de descontrol, al ser procesos que se inhiben, que se encubren y que suelen ser discriminatorios", dice el sociólogo. Según explica, el "acceso a la ira" es válido sólo para personas en posición de control, como dueños, accionistas o jefes de alto nivel.

Esta lógica de inhibición y discriminación en la expresión de las iras, es la que explica los arranques repentinos de violencia que de cuando en cuando presentan sociedades desarrolladas como la estadounidense, cuyos ejemplos más claros son las matanzas protagonizadas por estudiantes que se sienten excluidos y los "tiradores" que aterrizan a transeúntes, disparando al primer desconocido que se les cruza.

Desde el punto de vista psiquiátrico, el especialista de la Facultad de Medicina de la

Universidad Andrés Bello y experto en salud pública, Carlos Cruz, dice que influye el hecho de que en la mayoría de los ambientes sociales, sean estos laborales, educativos o de otra índole, se dan pocos espacios para que una persona pueda ventilar lo que le pasa. Simplemente, "no hay oportunidades para relajarse cuando la presión aumenta", dice Cruz.

Por ello, no es de extrañar que estos auténticos "días de furia" sean protagonizados en su mayoría por personas que trabajan en áreas vinculadas a la atención de público y los servicios, dice el especialista, como ocurrió en el caso del ahora popular Steven Slater. "La presión que uno puede tener dentro de la empresa hace que la persona vaya acumulando tensión, que no necesariamente puede manejar bien", aclara Carlos Cruz. Un problema que afecta especialmente a personas susceptibles que se sienten humilladas con facilidad o, por el contrario, a quienes sienten que su trabajo vale mucho y que no son valorados como merecen. Son estos dos tipos de personalidades los más propensos a sufrir arranques de ira.

Daño y humillación. Dos factores gatillantes de la ira con los que coincide el psicólogo clínico de la Universidad Central, Jorge Rosende. "Hay un estado emocional permanente que, en la medida que la persona lo reprima, va a presentar una mayor probabilidad de estallar", afirma el psicólogo. Una circunstancia muy usual, agrega, es que las personas tengan conflictos contenidos durante mucho tiempo, ya sea con algún miembro de su familia o su trabajo. "Suelen descargar toda esa rabia con la primera persona que se les cruza: desde un hijo, hasta un conductor que lo adelantó en la carretera", dice Rosende.

Peter Stearns, por su parte, agrega que la supresión de la ira puede crear una "auténtica confusión en las emociones de cada uno, dejando a las personas más susceptibles a experimentar angustia cuando enfrentan rabia, a la vez que disminuye la voluntad de la gente a expresar su descontento cuando consideran que algo no es correcto. ●

50

Es la década en que la sociología comienza a analizar el fenómeno.