



## **Traducción entrevista realizada por Carmen Luciano a Kelly Wilson**

Madrid, Workshop 10 de Abril de 2015  
Traducción a cargo de Lic. Bárbara Gil Luciano

**- Kelly, acabas de terminar el curso, aquí en Madrid, en el Instituto ACT. Quiero agradecerte no sólo tu flexibilidad con los horarios españoles sino también tu disposición a dejar tus huellas mostrando la flexibilidad que has desarrollado con tu cuerpo, con tus experiencias personales, mostrando la importancia de la ciencia de la evolución en la comprensión de la conducta y los puentes con la psicología clínica y la psicología básica... has llegado a los asistentes, sin duda.**

**Me gustaría pasar a hacerte unas preguntas.**

**En relación a las experiencias personales que introduces en tus cursos. Si no recuerdo mal, estuviste en España por primera vez en el año 2000, en Almería...**

**- ¡Éramos más jóvenes!**

**- ¡Sí que lo éramos! Has estado en Almería un par de veces, en Madrid has estado varias veces... y en todos los cursos que has incorporado una importante dosis de experiencias personales. Me gustaría señalar un par de puntos sobre esto. El primero de ellos, ¿Cuál consideras que es la ventaja, el significado que tiene incorporar en parte de tus cursos tus propias experiencias personales?**

- Creo que la gente se interesa en la psicología por diferentes razones. Me considero un analista de la conducta, pero no fue a través del análisis de la conducta como me sumergí en la psicología, sino a raíz de salir de una crisis personal tan profunda (depresión, adicciones...) que apenas sabía lo que hacía. En 1985 decidí que quería mantenerme vivo, pero que tenía que sentirme forzado a hacerlo *por algo*. Tenía que encontrar el objetivo para ello. Conocí a muchos analistas de la conducta que me hicieron preguntas como “¿Cómo puedes ayudar a la gente a encontrar el significado personal que les ayude a atravesar las circunstancias más difíciles?”. Esta pregunta que me ofrecieron fue clave, encontré una fuente de inspiración, el *significado personal* era importante. ¿Cómo se podían organizar tales circunstancias? ¿Cómo podían éstas formar parte del contexto para que las personas no viviesen repitiendo eternamente los mismos patrones sino que pudieran crear y encontrar sentido en su propia vida?. Por eso me metí en psicología. Contando con mis experiencias personales, el hecho de poder encontrar una manera de

cultivar significado personal que me ayudase a atravesarlas, desde la perspectiva del análisis de la conducta. Mi psicología siempre ha sido personal, desde el primer minuto. Nunca se trató de la psicología de otros, ni de la gente corriente, ni de la gente con problemas... era absolutamente personal. También sobre lo que veía en la gente más cercana, los problemas de mi propia familia. De alguna forma siempre tuve en mente que los problemas del resto de la gente no eran muy diferentes que los que veía en mi y en la gente que tenía más cerca. Siempre me ha surgido de forma muy natural el enseñar e impartir conocimientos desde mis propias experiencias personales porque los aprendí, justamente, desde ellas y por mis propias razones personales.

Otra cuestión es que siempre me han gustado las historias. Me encanta oír historias, contarlas... creo que los seres humanos amamos las historias. Sólo tenemos que imaginarnos a los seres humanos primitivos sentados alrededor de un fuego contando historias porque eso es lo que hacían. Lo que me gusta de las historias es que dan pie a preguntas como “¿Qué habría hecho yo? ¿Cómo sería aquello?”, etc. Las historias también me ayudan a orientarme en la forma de enseñar, al principio la enseñanza me generaba mucha ansiedad, “¿Estaré haciendo un buen trabajo? ¿Me estaré explicando bien? ¿Sonaré inteligente?”. Y al igual que a mi, considero que también ayuda a orientar al alumno en los conocimientos que se imparten. Y, desde luego, impregnar mis experiencias personales cuando imparto docencia es una forma de mostrar la razón de para qué enseño lo que enseñó.

Otro punto de esto es que pedimos a los pacientes que hagan cosas muy difíciles, muy aterradoras. Siempre me ha parecido que no es muy justo pedir a un paciente que haga algo que yo no estoy dispuesto a hacer conmigo mismo. Y el tema es que no sólo estoy dispuesto a hacer lo que le pido al paciente hacer sino que estoy dispuesto a hacerlo antes. Por eso en los cursos y talleres quiero que la gente conecte con el trabajo a un nivel muy personal. Si yo me ofrezco el primero para hacer eso, resulta más sencillo. ¿Por qué? Bueno, porque... somos esa clase de mono. Uno podría hacer un experimento, y seguro que hay cientos en psicología social, en el que pones a un montón de gente en una habitación y ves el efecto que tendría estar ahí delante de todos ellos enfadadísimo, muy ansioso... se vería cómo eso se propaga a la gente que está ahí. Somos sensibles los unos a los otros. Así que el hecho de mostrarme vulnerable a los demás hace que sea más seguro para ellos mostrarse vulnerables. Ser vulnerable significa que te puedes herir muy fácilmente, pero me da la impresión de que es un riesgo que estoy dispuesto a asumir.

**- ¿Qué dirías que ha cambiado de 2000 a 2015? ¿De qué manera dirías que has cambiado la forma en que has vivido tus cursos y talleres, al incluir aspectos personales?**

- Quizá sea una pregunta también para ti que has estado presente en el proceso. Creo que siempre he incorporado en los cursos aspectos personales.



Creo que he aprendido a confiar en mi mismo, en el proceso; en que van a suceder cosas que tienen sentido para la persona que va a mis cursos. Creo que estoy mucho más capacitado ahora y que impregno mucho más de mi mismo en mis cursos.

**- Si me preguntas, estoy totalmente de acuerdo contigo. Creo que ahora haces un trabajo mucho más preciso y mucho más cercano.**

- Sí, creo que tiene que ver con que actúo menos y me muestro tal cual, de forma que el trabajo resulta mucho más natural. Creo que entiendo mucho mejor todo esto que hacemos y por qué ofrecerlo. Hay dos formas de llevar a cabo un curso o un taller. Una de ellas es organizarlo según un guión estricto, muy definido y cerrado. Yo jamás he dado cursos así. Mis cursos son más naturales y desarrollados.

**- Voy a hacerte una pregunta sobre lo que, en mi opinión, es una de las cosas más importantes que están sucediendo en la CBS (Contextual Behavioral Science, Ciencia Contextual-Conductual): el hecho de incorporar todo el tema de la evolución para entender la conducta humana. Últimamente has estado involucrado en asuntos relacionados con esto. ¿En qué medida crees que tendrá sentido incorporarlo y qué sientes que aportará a lo que ya sabemos, tanto a niveles básicos como complejos de la conducta humana?**

- Conocí a David Sloan Wilson hace unos siete años, quizá. Anthony Biglan y él coincidieron en Oregon, donde Anthony había venido a un taller experiencial. Anthony había estado hablando con David, había leído su libro, David no tenía muy en mente el análisis de la conducta por aquél entonces y Anthony le había dicho a David que sencillamente no entendía lo que eso era. Así que consiguió que David fuese a este curso de ACT. Los tres nos quedamos en casa de Anthony y durante las noches estuvimos hablando sobre la ciencia de la evolución. Si uno proviene de una tradición skinneriana se da cuenta de que de todas las teorías en Psicología la skinneriana es la que tiene una conexión más obvia con la selección natural, con la evolución. La selección o retención de oleadas de conductas, finalmente el conductismo es selección. A David le gusta preguntar a los científicos “¿Crees que la evolución es cierta?” y lógicamente contestan que sí, que por supuesto. Pero luego añade “Hasta qué punto está vuestra idea sobre la ciencia que hacéis profundamente conformada por la comprensión de la ciencia de la evolución?”. Se trata de lo que conforma el mundo entero de la ciencia de la evolución, el mero hecho de qué clase de organismos somos, es decir, la clase de preguntas que los científicos que se dedican a esto pueden responder tienen que ver con nuestra naturaleza más básica. Por ejemplo, los mamíferos sociales tienen necesidades muy particulares que no tienen otros animales que no son especies sociales. Hay especies, y somos una de ellas, que necesitan mantenerse juntas. Si aislas a mamíferos sociales puedes modelar en ellos, de manera fiable, cosas como depresión. Lo que David estaba preguntando era si sabíamos lo suficiente

acerca de la ciencia de la evolución para poder empezar a mirar a nuestra propia ciencia (conductual-contextual) a través de lo que la ciencia de la evolución podía aportar? Mi respuesta por aquél entonces fue pobre, a pesar de que ya incluía elementos al respecto en la forma en la que concebía y hablaba de estos temas. Empecé a leer, quedé impactado con que él se centrara en la cooperación de los seres humanos y la enorme ventaja evolutiva que eso había supuesto y supone. Somos los que más cooperan de entre todos los primates. Ahí es donde está la pieza básica evolutiva. Para entender el ser humano es necesario que entendamos que somos los que hemos sobrevivido durante siglos a raíz de cooperar los unos con los otros. Y necesitamos entender la psicología de los individuos como individuos que son de esta forma. Empecé a leer sobre todo esto y también sobre otras cosas relacionadas con la ciencia de la evolución, y comencé a pensar, de acuerdo, ¿qué significa todo esto en el trabajo que estamos realizando? ¿Por qué el trabajo que estamos realizando es tan potente? Un ejemplo (y estábamos bastantes ciegos al respecto) está en el desarrollo de la Teoría del Marco Relacional. El ser humano puede llevar a cabo tal control de estímulos simbólicos que resulta increíble, no lo observas en ningún otro organismo. Nos preguntamos cómo la especie ha llegado a algo así. Empieza a ocurrir desde muy, muy temprano en la vida de un ser humano y, a menos que haya algún tipo de discapacidad, emerge rápidamente y de forma muy natural en las interacciones que un bebé tiene con las personas que le rodean. Pero la pregunta que no llegamos a responder es por qué emergió. ¿En qué contexto surgirían estas conductas simbólicas? Imaginemos que tenemos al primate primitivo que coopera con los de su especie. Hacen cosas como cazar juntos. Estamos morfológicamente preparados para, por ejemplo, captar dónde estás mirando y dirigir la mirada allí, también. En el contexto de estas cooperaciones estamos muy adaptados para desarrollarnos como especie. En este contexto es muy sencillo que detectemos otro tipo de señales que indiquen “ir hacia allá”, “ir hacia este otro lado”; aprender cómo cooperar y seleccionar formas de hacerlo dentro de este ambiente cooperativo. Es mucho más fácil así que si hubiésemos tenido muchísimas especies distintas haciendo cosas distintas, ¿cómo podríamos entonces habernos enseñado entre nosotros? Para que eso pase tiene que haber mediadores, que son aquellos que enseñan, pero... ¿cómo emerge eso en primer lugar? Lo que pensamos es que ocurrió en un contexto de altos niveles de cooperación, que fue lo que dio pie a que ocurriera con mayor probabilidad.

Eva Jablonzka y todo el campo de la epigenética ha sido otro punto muy importante. Esto ha sido algo que ha conseguido mirar muy adentro qué clase de organismos somos. Qué condiciones son las que han seleccionado qué somos ahora. Empecé a aprender que el genoma humano no era una plantilla fijada, que era dinámico, que interaccionaba constantemente con las circunstancias ambientales. Finalmente, con lo que uno hace. Y claro, quedé interesadísimo en genética. Ahora, en mi año sabático, me estoy dedicando a leer toda clase de ciencia impulsada por este interés evolutivo. Lo que estoy leyendo sobre cómo modelan enfermedades en animales en realidad lo estoy

leyendo por el interés en la evolución que tengo ahora. Cuando le escribí el informe de mi propósito de año sabático a mi jefe me contestó diciéndome “No tenía ni idea de que sabías tanto sobre genética”. Le dije que yo tampoco lo sabía hasta que me di cuenta de que podía hacer algo al respecto. Las implicaciones de la epigenética en psicología son sencillamente enormes. Dentro de la psicología no teníamos conocimiento de esto, e incluyo a ACT, no lo sabíamos. Además, tampoco creo que supiéramos que necesitábamos saber sobre esto. Skinner ya hablaba de ello, hablaba de que la conducta tenía fuentes evolutivas y de que otras fuentes ocurrían durante tu experiencia, pero no creo que realmente lo apreciáramos. Estaba pero no era pequeño..., por ejemplo, en el texto Charlie Catania, el cual aún creo que es el mejor libro sobre aprendizaje jamás escrito, ahí se pueden observar elementos, las sensibilidades estaban ahí, pero hasta que hemos llegado a la epigenética existía un límite. Antes sabíamos que los genes podían imponer limitaciones al aprendizaje, pero esas limitaciones son una pequeñísima parte, porque luego está todo lo que ocurre en el ambiente que anda “encendiendo” y “apagando” los genes de una manera increíblemente dinámica.

- **Claro, todo esto me entusiasma.., es comenzar a descubrir las conexiones entre áreas.., necesitamos mucho trabajo que hacer.... Esto me recuerdo lo que hablábamos antes, lo que Kantor señalaba como la división del todo o la categorización de las disciplinas científicas de un modo arbitrario para poder estudiarlas. Y ahora tenemos que buscar el modo de conectarlos y, finalmente, poner todas las cosas juntas para poder entender el dibujo general.**

- Absolutamente. Una literatura interesantísima es la del modelado de enfermedades en animales. Cuando la ciencia quiere investigar sobre las enfermedades lo que hacen es básicamente hacer que los animales enfermen y “se vuelvan locos”. Si miras cómo lo hacen, básicamente les retiran necesidades evolutivas primarias. Por ejemplo, coges mamíferos sociales, los aíslas del grupo social y obtienes animales que están hechos para corretear y curiosear y te topas con conductas muy restringidas a raíz de aislarles. ¿Qué tiene que ver esto con estresores que son básicamente violaciones a los ambientes naturales en los que estos animales han evolucionado? Si observas el mundo contemporáneo te das cuenta de que, en muchos sentidos, es como uno de estos estudios de modelado de enfermedad en animales. Creo que la epigenética está revolucionando la ciencia de la evolución y, por ende, va a revolucionar la psicología. No podemos apartar una cosa de la otra.

- **Tú y yo venimos de una perspectiva completamente analítica de la conducta. ¿De qué manera crees que todo esto ha cambiado lo que ya sabíamos cuando éramos estudiantes o cuando empezamos a enseñar el análisis de la conducta?**

- El análisis de las contingencias fue absolutamente potente. En mis clases lo llamo la ciencia del laboratorio. Esos vídeos de Bijou con críos que no podían andar hasta que de repente se manejan contingencias y comienzan a hacerlo, o con críos que no podían comunicarse y de repente empiezan a preguntar cosas y a comunicarse socialmente... Hay un vídeo en particular que vi cuando era estudiante, de un niño que no paraba de golpearse la cabeza, unas cien veces por minuto. Estaba lleno de cicatrices y llevaba consigo siempre una manta. Si intentaban quitarle la manta se pegaba aún más o pegaba a otros niños. Llevaron a cabo un pequeño procedimiento de reforzamiento diferencial. Recuerdo que, al final del vídeo, este niño está sentado con la mujer que le había estado entregando los reforzadores (helados) y que la manta estaba entre él y esa mujer. Ella trata de tirar de la manta y el niño la agarra hacia sí de nuevo. Entonces ella aparta la mirada y él va empujando la manta poco a poco hacia ella. Al final, ambos se levantan y dejan la manta allí. ¡Ese procedimiento había otorgado a este niño la capacidad de conectar con otra persona! Aquello era increíblemente potente. Sin embargo, creo que lo más grande que le ha pasado al análisis de la conducta ha sido la comprensión de las contingencias directas e indirectas. Hay a quien no le gusta la Teoría del Marco Relacional pero, de lejos, creo que ha sido la teoría más fructífera dentro de la teoría del aprendizaje y comunicación simbólica. En términos de teorías del aprendizaje creo que no hay ninguna otra teoría que esté cerca ni siquiera de la RFT (Relational Frame Theory, Teoría del Marco Relacional), no hay ninguna otra que tenga tanta evidencia empírica encima de la mesa. Creo que se trata de un descubrimiento tan importante como el de generado por los principios del reforzamiento, la función de estímulos discriminativos.

- **Estoy completamente de acuerdo. Lo estudiantes quedan alucinados cuando se les muestra y enseña que efectivamente estamos en condiciones de explicar cómo se generan funciones sin necesidad de contingencias directas. Eso es apasionante. Y el hecho de que ahora puedan incorporarse la información relativa a la parte de evolución es increíble.**

- Es apasionante. Creo que la ciencia de la evolución nos permite, de hecho, tener un mejor manejo de la Teoría del Marco Relacional.

- **Va la última pregunta. Fuiste presidente de la ACBS (Association for Contextual Behavioral Science). ¿Cómo crees que ha cambiado lo que era de lo que ahora es? Y, ¿qué pasos son los que crees que habrá que dar para potenciar la ciencia conductual-contextual?**

- Creo que al principio entendimos que podíamos hacer cosas como comunidad que no podíamos hacer por nuestra cuenta. Ahora creo que entendemos eso aún mejor precisamente a raíz de conocer lo que conocemos sobre evolución. Creo que teníamos la sensibilidad necesaria para saber que lo que necesitábamos no era un puñado de científicos trabajando a su aire en sus propios laboratorios sino que necesitábamos una comunidad. Cuando uno

entiende de verdad el contextualismo entonces sabe que entender la conducta significa entender el contexto en el que ésta ocurre. Nuestra historia personal, nuestro sesgos, cultura y otras peculiaridades que se den en nuestro recorrido personal hace que veamos unas cosas y no otras. En la ciencia de la evolución hay una parte fundamental del genoma humano que consta de determinados genes que indican al resto de genes qué hacer, cuánto hacer, cuándo hacerlo. Escuché un programa en la radio en el que el entrevistador le dice al científico dedicado a estos temas “¿Alguna vez se ha sentado en una conferencia y simplemente dicho que cómo había sido posible que no hubiésemos visto esto antes?”... y el científico le contestó “Bueno, ves lo que estás entrenado a ver”. Vemos lo que estamos entrenados a ver y mientras estamos ocupados en ver una cosa nos perdemos otras. (Kelly se quita un momento el anillo de la mano, lo incorpora para mostrarlo en posición horizontal). Si te pregunto “¿Qué es esto?”, dirías “Una línea”. Sin embargo, si hago esto (gira el anillo hasta ponerlo en posición inclinada) dirías “No, no es una línea, es algo ovalado”. Ahora, lo gira hasta ponerlo en posición vertical y qué ves.. “un círculo”, en fin, si lo miras desde distintos ángulos ves una cosa distinta. ¿Está uno equivocado en ver lo que ve desde cada ángulo? No, si se ve una línea se ve una línea, desde un ángulo en particular.

Esto tiene que ver con la comunidad en el sentido de que, dado que no podemos eliminar los sesgos ni las tendencias cuanto más diversa sea la comunidad menos probabilidad habrá no de que no existan sesgos en ella, sino de que no se den los mismos sesgos. Esto no es algo que consigas con un único observador. Tampoco lo consigues con un puñado de observadores entrenados de la misma manera en el mismo sitio. Se necesita la mayor diversidad de comunicación posible. Así que para la ciencia contextual la diversidad es necesaria. La buena ciencia es la que está compuesta de diversos científicos. Pudimos ver esa necesidad al principio, lo cual era algo inherente al contextualismo, y con lo que ahora sabemos desde la ciencia de la evolución esta necesidad se sitúa aún más.

**- Efectivamente. Es generar las condiciones para que podamos mejorar y potenciar la toma de perspectiva, ya que es así como se crea la habilidad de poder ver más cosas de las que en un momento dado vemos.**

- Esto también implica que no es bueno que definamos la ACBS de una forma estricta y cerrada, creo que eso lo hemos intentado. Antes, al acabar el curso aquí, una persona me decía que se estaba leyendo el libro de ACT de 1999, y es gracioso porque antes de que publicasen el libro nosotros ya estábamos repartiendo copias por ahí, en cursos y demás...

**- Lo recuerdo. Esas piezas de ACT fueron las primeras herramientas de mi trabajo en ACT.**

- Lo hacíamos llevados por la necesidad de que cuanta más gente diversa conociese todo esto en mejores condiciones estaríamos de saber en qué nos



podíamos estar equivocando. Esta estrategia ha hecho que la asociación crezca muchísimo, tanto en términos del número de gente implicada como de la diversidad del grupo.

**- Sí, es generar cohesión entre áreas a pesar de la diversidad.**

- Creo que cada vez está habiendo mayor diversidad, y el ejemplo claro es todo este tema de la ciencia de la evolución. Los interesados en esto no constituyen un pequeño número dentro de la asociación, hay gente que se dedica a la clínica y que está muy interesada en los temas evolutivos, que entra a sus sesiones con la idea de poder integrar en ellas la ciencia de la evolución. Creo que esta es una perspectiva de una mezcla extraordinaria que nos va a ayudar a reconstruir partes en las que habíamos podido entender mal algunos elementos... y a trabajar de forma aún más efectiva.

**- Genial, Kelly. Muchísimas gracias por tu tiempo aquí. Espero que disfrutes el resto de tu ruta ahora por Europa. Un placer.**

- Siempre es un placer venir aquí, mi amiga.