

EBRIS

We know

books

Dr. AUGUSTO CURY

Codurile inteligenței

Formarea de minți scilpitoare și
atingerea excelenței emoționale
și profesionale

Ediția a II-a

Traducere din limba portugheză
de Georgiana Bărbulescu

Editura



For You

Cuprins

1. Instruirea intelectului pentru a descifra codurile inteligenței.....	7
2. Definiția inteligenței: <i>Homo sapiens</i> , ființă dincolo de limitele logicii.....	12
3. În ce școli se învață descifrarea codurilor?	20
4. Nu există procedee magice pentru descifrarea codurilor inteligenței.....	25
5. Codurile sunt universale.....	31
6. Codurile pe care Einstein nu le-a descifrat.....	37
7. Prima capcană a minții umane: conformismul.....	42
8. A doua capcană a minții umane: autocompătămirea	49
9. A treia capcană a minții umane: teama de a-și recunoaște greșelile.....	56
10. A patra capcană a minții umane: frica de riscuri.....	63
11. Primul cod al inteligenței: Codul eului ca administrator al intelectului.....	71
12. Al doilea cod al inteligenței: Codul autoanalizei critice – reflectarea asupra consecințelor comportamentelor	112
13. Al treilea cod al inteligenței: Codul psihoadaptării sau al rezilienței – capacitatea de a supraviețui	125

14. Al patrulea cod al inteligenței: Codul altruismului – capacitatea de a ne pune în locul celorlalți.....	143
15. Al cincilea cod al inteligenței: Codul dezbaterii de idei.....	159
16. Al șaselea cod al inteligenței: Codul carismei	172
17. Al șaptelea cod al inteligenței: Codul intuiției creatoare.....	184
18. Al optulea cod al inteligenței: Codul eului ca administrator al emoțiilor	218
19. Profesioniștii care au descifrat codurile: diferențele dintre profesioniștii buni și cei excelenți....	237
20. Cum să-i vinzi idealul codurilor inteligenței unei societăți care a încetat să mai viseze	250
Referințe bibliografice	262
Despre autor	265

1

Instruirea intelectului pentru a descifra codurile inteligenței

Titus, generalul roman însărcinat cu construirea Colosseumului, se mândrea că armata romană era singura care se pregătea pentru război în vreme de pace, antrenându-și soldații pe tot parcursul anului. Era cel mai eficient. Cu această armată a devastat Ierusalimul în anul 70 d.Hr., comițând atrocități inimaginabile și luând sute de mii de prizonieri, pe care i-a dus la Roma; dar acesta va fi subiectul unui roman istoric pe care-l voi publica în viitor. Înconjurat de lacrimile și de sângele prizonierilor săi transformați în sclavi, marele general a pus să se construiască monumente care sunt și astăzi în picioare.

Instruirea impusă odinioară armatelor și câtorva domenii restrânse ale societății se aplică în zilele noastre tuturor sectoarelor. Ne aflăm în era instruirii. Se face instruire în practica sportivă și în activități ca mersul pe jos, dansul, calculul, scrisul, povestitul, regizarea unei

IBDIS

We know

for us

piese. Oamenii sunt instruiți pentru a conduce vehicule, a pilota avioane, a lucra cu diferite mașini. Sunt instruiți pentru a vorbi în public, a lucra cu computere, a face programe, a administra întreprinderi, a executa proiecte. Sunt instruiți pentru a alege un vin sau altul, pentru a aprecia o operă de artă, pentru a fi atenți la calitatea produselor.

Cu toate acestea, când totul părea perfect în era instruirii, iată că, observând problemele psihice și sociale ale societăților moderne, constatăm că am comis o greșală istorică extrem de gravă: am uitat de instruirea cea mai importantă, adică de instruirea în domeniul descifrării și aplicării *codurilor inteligenței*. Fără ele nu ne putem dezvolta imaginația, capacitatea de a depăși intemperiiile vieții și potențialul nostru intelectual.

Memoria este suprautilizată, iar codurile inteligenței sunt subutilizate

Ar trebui să descifrăm aceste coduri cu aceeași energie cu care căutătorul de aur străpunge piatra în căutarea metalului prețios, cu aceeași tenacitate cu care chirurgul desprinde pielea pentru a descoperi țesuturi ascunse, cu aceeași râvnă cu care însetatul caută apă ca să-și potolească setea în deșertul fierbinte.

Simțul comun crede, în mod greșit, că memoria îi este subutilizată. Unii cred că folosesc 10%, alții, cam 20%, iar alții, cu puțin peste 20% din capacitatea totală a memoriei lor. Însă acest mod popular de a gândi este infantil, simplist și, prin urmare, trebuie corectat. Memoria este selectivă. În plus, se deschide și se închide în funcție de emoțiile și sentimentele pe care le trăim într-un

anumit moment al existenței. Emoțiile tensionate, fobice și temătoare închid ferestrele memoriei, iar cele care implică plăcere, provocare și seninătate le deschid. Deși emoțiile pașnice deschid ferestrele, memoria este selectivă, căci nu-și deschide *toate* arhivele.

Te-ai gândit cum ar fi dacă memoria n-ar fi selectivă? Orice cuvânt, ca „mașină“, „avion“, „prieten“, „dușman“, „frică“, ne-ar permite accesul la milioane de date pe care le avem arhivate și care sunt legate de memorie, saturându-ne intelectul. Scoarța noastră cerebrală n-ar suporta un asemenea vârtel de date. Observă că, atunci când avem preocupări recurente și ne gândim obsesiv la o anumită chestiune, suntem epuizați, ne trezim oboșiți și fără energie.

Selectivitatea memoriei obiective ne protejează mintea împotriva acumulării de gânduri, de imagini mentale și idei. Dacă, însă, ne-am observa cu atenție mintea, probabil că majoritatea ne-am da seama că ne folosim *excesiv* memoria, de aceea gândim excesiv și, ca urmare, ne consumăm excesiv, generând astfel Sindromul gândirii accelerate (SGA) (Cury, 2004).

Emoțiile fluctuante, gândurile anticipative și excesul de angajamente fac parte din meniul persoanei caracterizate prin hipergândire. Dacă oamenii și-ar folosi memoria într-un mod mai rațional, și-ar uza mai puțin creierul, s-ar trezi cu o dispoziție mai bună, s-ar bucura mai mult de ziua care începe, ar crea mai multe situații propice pentru a-i cuceri pe cei dragi, pentru a avea gesturi unice, reacții neașteptate și atitudini surprinzătoare.

Memoria, fiind deja selectivă, poate fi blocată și mai mult de un stres intens, care, la rândul lui, blochează

codul intuiției creatoare, făcând ca *Homo bios*, instinctul, să prevaleze asupra lui *Homo sapiens*, capacitatea de a gândi. Stresul poate închide ferestrele memoriei în cadrul unor concursuri, interviuri, prezentări publice, situații noi și provocări manageriale, generând prestații intelectuale de slabă calitate chiar și la persoane excepționale.

Cu excepția mecanismelor care ne fac să subsolicităm memoria, ceea ce este subsolicitat la toți oamenii sunt codurile inteligenței. Bogați și săraci, psihiatri și pacienți, conducători de firme și angajați pot avea calități minunate, însă au un potențial psihiatric global limitat, pentru că nu pot să descifreze codurile inteligenței în toată plenitudinea lor.

Complexa definiție a inteligenței: trei straturi psihice

Înainte de a începe să abordăm codurile inteligenței, trebuie să definim inteligența. Înainte de orice, doresc să spun, cu smerenie, că, de-a lungul a peste 20 de ani, am dezvoltat una dintre puținele teorii mondiale despre modul de funcționare a minții, despre construcția de gânduri și procesul de formare de oameni care gândesc, intitulată „Inteligența multifocală” sau „Psihologia multifocală” (titulatură nord-americană ce va fi adoptată la nivel mondial).

Psihologia multifocală nu este o teorie neuro-științifică, ci una psihologică și intră în domeniul pedagogiei, sociologiei și filosofiei. În această teorie, inteligența are o definiție complexă, care diferă de cele formulate în cadrul altor teorii sub diferite aspecte, căci pătrunde în zone

pe care alți autori nu au avut ocazia să le studieze, cum ar fi fenomenele ce acționează, în câteva fracțiuni de secundă, în construcția lanțurilor de gânduri, imagini mentale și idei. Dar teoria mea nu este în niciun caz mai bună decât cea a străluciților gânditori anteriori, precum Freud, Jung, Gardner, Morin, Piaget și Vîgotski.

Psihologia multifocală a fost utilizată de nenumărați specialiști din domeniul sănătății mintale, precum și în cercetări, în teze de masterat și doctorat și în cursuri postuniversitare. Cu toată ampla sa răspândire, vreau să subliniez că nicio teorie nu este reală în sine, ci este constituită dintr-un ansamblu de postulate, ipoteze, concepte și argumente, din care derivă cunoștințele.

Prin faptul că am cercetat nu doar procesul de construcție a gândurilor, ci și natura gândurilor și limitele interpretării, m-am convins că adevărul constituie o țintă intangibilă. Toate teoriile trebuie evaluate, analizate, testate și gândite. Te invit să dezbați idei și să-ți exerciți autoanaliza critică, două dintre codurile inteligenței, apoi să-ți tragi propriile concluzii.

2

Definiția inteligenței: *Homo sapiens*, ființă dincolo de limitele logicii

Cele trei mari zone psihice care definesc inteligența

Doresc ca, citind în următoarele paragrafe ce înseamnă inteligența, cititorul neobișnuit cu aceste concepte să nu se descurajeze. Va fi o expunere sintetică. În contextul Psihologiei multifocale, definiția inteligenței este cuprinzătoare și, așa cum arată chiar numele teoriei, multifocală, multidinamică și multifactorială. Unii autori au sugerat și ei că inteligența este multidimensională și modificabilă (Feurstein, R., 1980). Conceptul global de inteligență intră în trei mari etape sau zone. Primele două sunt inconștiente, ultima este conștientă.

Prima zonă este mai profundă și se referă la fenomenele inconștiente ce acționează în câteva miimi de secundă în procesul de recuperare și organizare a informațiilor existente în memorie și, ca urmare, în construirea gândurilor și emoțiilor. Această producție e înregistrată

de mii de ori prin fenomenul IAM (Inregistrare Automată a Memoriei), construind platforma ce formează eul, acesta fiind expresia maximă a conștiinței critice și a capacității de a alege. Tot ceea ce percepem, simțim, gândim și trăim se transformă în cărămizi pentru construirea acestei platforme a eului.

A doua zonă este legată de ansamblul variabilelor complexe ce influențează, tot în mici fracțiuni de secundă, fenomenele care citesc memoria și produc gândurile, imaginile mentale, ideile și fanteziile. Dintre aceste variabile, le evidențiem pe cele definite prin „cum mă simt” (starea emoțională și motivațională), „cine sunt” (istoria existențială arhivată în ferestrele memoriei), „unde sunt” (mediul social), „cine sunt sub aspect genetic” (natura genetică și matricea metabolică cerebrală) și „cum acționez ca administrator al psihicului” (eul ca regizor al scenariului poveștii noastre).

În mod normal, teoriile pun accent pe rolul aspectelor psihice, sociale și genetice în procesul de construire a inteligenței. Unii gânditori s-au concentrat asupra interacțiunii dintre cele două mari forțe generatoare ale dezvoltării, în general, și a inteligenței, în particular, cu natura și cultura. „Nu este o competiție, este un dans.” (Sternberg, 1990) Da, de fapt există un dans dinamic de variabile, dar care depășește aceste două mari forțe generatoare.

Așa cum am văzut, în afară de variabila genetică și de cea culturală, în prim-plan se află și variabilele „cum acționez ca administrator al psihismului” și „gradul de deschidere a ferestrelor memoriei”, determinate de stările emoționale (bucurie, calm, dispoziție depresivă,

LBPIS

We know
books

anxietate). Studiind acești alți factori, descoperim că mintea umană este mai complexă decât ne-am imaginat.

De exemplu, în trecut credeam că numai cei care avuseseră o copilărie cu traume, plină de pierderi și frustrări se îmbolnăveau și dezvoltau tulburări psihice și psihosomatice. Ne-am înșelat amarnic! Astăzi știm că și cei care s-au bucurat de o copilărie fericită și fără traume și de privilegiul de a avea niște părinți iubitori, generoși și solidari pot avea o viață psihică mizerabilă în adolescență și în viața adultă dacă nu învață să descifreze unele coduri fundamentale pe parcursul procesului de formare a personalității. Ei pot fi victime ale stresului financiar, ale stresului existențial, ale pierderilor, ale competiției nemiloase, frustrărilor, preocupărilor excesive etc., ale unei serii întregi de variabile care le delapidază patrimoniul psihic, în special bucuria de a trăi.

Alt exemplu: credem cu naivitate că stăpânim pe deplin procesul de construcție a gândurilor, a ideilor și imaginilor mentale. Nu este adevărat. Putem stăpâni computerele, automobilele sau avioanele, dar nu putem stăpâni complet mașinăria cea mai de neînțeles dintre toate: mintea umană. Câte gânduri neliniștitoare ne tulbură pacea fără să le fi produs noi în mod conștient? Câte idei fobice trec prin spațiul scenei noastre psihice fără ca noi să fi permis construirea lor de către voința noastră conștientă?

Eul, ca gestionar psihic și administrator al intelectului, reprezintă doar unul dintre codurile inteligenței. Dacă el nu stăpânește complet gândurile și emoțiile complexe minți umane, chiar fiind un bun gestionar psihic, imaginează-ți ce s-ar întâmpla dacă și-ar lua cu totul

mâna de pe acest proces de gestionare, care se petrece în cea de-a doua mare zonă a inteligenței.

În cazul acesta, dacă am folosi metafora minții umane ca vehicul, am putea spune că suntem aruncați pe bancheta din spate cu un căluș în gură și ne transformăm în spectatori pasivi ai unei călătorii pe care n-am programat-o. De altfel, milioane de oameni călătoresc zilnic în mintea lor pe teritoriul fobiilor, al preocupărilor patologice și al anxietății fără să fi programat această călătorie. Au intrat într-un film de groază, în care nu voiau să se afle. Mai dramatic este că filmul rulează în mintea lor. Nu există niciun buton care să permită deconectarea aparatului mintal.

Studiind prima și a doua mare zonă a inteligenței, am putea trage concluzia că *Homo sapiens*, care are abilitatea de a dezvolta ecuații matematice, formule fizice și programe logice pentru computere, poate fi și atât de illogic încât să genereze reacții agresive, disproporționate și iraționale. Experți în lucrul cu cifrele pot să-și piardă logica și să reacționeze prosteste la o infimă contradicere. Medici aparent controlați în fața pacienților lor sunt capabili să reacționeze fără niciun control când vreun coleg le adresează o întrebare. Într-adevăr, *Homo sapiens*, fie el psihiatru sau pacient, matematician sau elev, este micro sau macro-diferit în fiecare moment al existenței. Nimeni nu este pe deplin stabil și coerent. Nivelul fluctuației determină doar gradul bolilor noastre.

A treia mare zonă a inteligenței se referă la rezultatele primelor două zone. Aici se află comportamentele perceptibile, care pot fi analizate, evaluate și apreciate, iar printre ele se evidențiază rapiditatea raționamentului, gradul de memorare, capacitatea de asimilare a informației, nivelul de maturitate în timpul maximelor tensionale și palierele de toleranță, includere, solidaritate, generozitate, altruism, siguranță, timiditate, inovație și dezvoltare.

Această a treia zonă este zona în care se realizează, conform conceptului Psihologiei multifocale, cele mai diferite teste pentru măsurarea celor mai variate tipuri de coeficienți de inteligență. Toate aceste teste sunt, însă, circumstanțiale, parțiale și incomplete. Niciunul dintre ele nu este definitiv. Competențele detectate la unele persoane nu sunt detectate la altele. Capacitățile confirmate în anumite momente pot să nu se mai confirme dacă schimbăm variabilele (de exemplu „cum mă simt“, „unde mă aflu“, „nivel de gestionare psihică“).

Nu vom intra în multe amănunte teoretice și științifice despre aceste zone în prezenta lucrare de aplicație psihologică, însă doresc să mai spun că aceste coduri ale inteligenței implică toate cele trei zone. Descifrarea și aplicarea lor sunt procese conștiente, dar, făcând acest exercițiu, vom atinge zonele inconștiente, învelișurile mai profunde ale inteligenței umane, chiar dacă nu ne dăm seama.

Voi evidenția cele opt coduri mai importante ale inteligenței. O mare parte dintre materialele tipărite sunt