

¿CUÁL ES EL MEJOR MÉTODO PSICOLÓGICO PARA PRODUCIR EL BIEN COMÚN?

Reflexiones de una alumna de la USAL. Trabajo presentado para la asignatura Seminario de Integración I

Elena Zabaleta

Analizando los temas propuestos por la cátedra, viendo la riqueza de contenidos que se podrían desarrollar en todos ellos, no me ha sido fácil realizar una elección. De todos modos llegó un momento en el que la actualidad se impuso ante mis ojos.

Estoy terminando de cursar el tercer año de la carrera y la preocupación por las perspectivas laborales cada vez más aparece en mi discurso con frecuencia, así como también la incógnita sobre mi misión en el mundo. Me invaden dudas tales como: ¿podré mejorar algo desde este lugar que he elegido?, ¿puede la Psicología hacer algo por la situación actual?, ¿tendremos lugar en la sociedad para desplegar nuestros talentos? o ¿vale la pena el esfuerzo?

Hoy en día es bastante común encontrarse con gente que no sabe sobre Psicología, pero que siente curiosidad sobre cuál es el método "mágico" para curar la humanidad o tal, o cual, caso específico. Pero, ¿existe realmente *un único* método?, ¿es posible lograr el bien común?, ¿si en cada uno de nosotros están constantemente en pugna *Eros y Tánatos* y nuestra vida consiste en tratar de lograr el equilibrio entre ambas fuerzas, no sería una utopía creer que la sociedad puede llegar a un equilibrio entre sus impulsos de vida y sus impulsos de muerte?

El bien común hoy día es visto como una utopía inalcanzable. Como algo imposible de conseguir, ya sea porque el pasado nos muestra que hace rato que se está intentando el cambio, o porque leemos el diario y escuchamos el noticiero para enterarnos que la guerra es moneda corriente y ver que las estadísticas están abocadas al estudio de los índices de violencia o de consumo de drogas, o porque nos proyectamos a un futuro que no es prometedor.

La definición de *sociedad* que encontramos en el diccionario es: "1. Reunión mayor o menor de personas, pueblos o naciones. 2. Agrupación natural o pactada de personas con el fin de cumplir, mediante la mutua cooperación, todos o algunos de los fines de la vida."^[1] Si concebimos al ser humano como un ser bio-psico-social, y consideramos la segunda acepción, rápidamente llegamos a la conclusión que no hay un solo grupo, ni un solo fin a cumplir. Por consiguiente, intentaré aquí abrir el espectro para analizar si es posible declarar a un método como el mejor para un fin *supuestamente* compartido, como lo sería en este caso el bien común o la cura de un paciente.

En la película "Inocencia Interrumpida", que vi días atrás, me encontré con una historia real que me gustaría traer a colación. El argumento transcurre en los 60' en torno a una chica de 18 años que intenta suicidarse tomando una botella de vodka mezclada con una botella de aspirinas. Según Susana (la protagonista), sólo quería quitarse el dolor de cabeza, no la vida. Ante esta situación que viene a ser la última gota que rebasa el vaso para su familia, un amigo de los padres la impulsa –prácticamente la obliga- a auto internarse en una clínica neuropsiquiátrica. En dicha institución se encuentra con jóvenes internadas con diversas patologías, desde borderline hasta psicóticas, pero se siente como no padeciendo alguna de las mismas.

Pasado un año, luego de varias crisis personales, Susana se abre, habla, reconoce su problema a una enfermera diciendo: "cuando tratas de encajar en algún lado y no puedes, cómo te lastimas por fuera para matar la cosa que llevas adentro".[2]

De ahí en más comienza una terapia psicoanalítica tres veces por semana, que la saca de su cuadro depresivo y culmina con su vuelta a la vida cotidiana.

Susana dice: "cuerda, loca, lo que fuese que era yo, sabía que había un solo modo de volver al mundo y ése era *usar el lugar para hablar*."

Con respecto a la cura por medio de la palabra dijo recientemente el psicoanalista Mario Trevi: "Sólo puedo decir que la terapia como sustituto dialogístico no ha conocido crisis." [3]

Al final de la película, la protagonista nos cuenta que el resto de sus amigas de la clínica, hacia los 70' ya estaban haciendo su vida fuera de la institución. Así dice Susana: "Estar loco no significa estar quebrado o haberse tragado un secreto oscuro. Somos tú o yo amplificadas. Si alguna vez mentiste y lo disfrutaste...Si alguna vez deseaste ser niño para siempre..."

El ejemplo de la película sirve, a mi entender, para ilustrar que no todo sirve para todos, ni tampoco existe un único método que satisfaga las necesidades terapéuticas de todas las personas. Dicha institución fue buena para un tipo de pacientes, pero no sirvió para Susana. A ella la ayudó a recuperarse un tipo de terapia (psicoanalítica) que no es particularmente efectiva en el trato con psicóticos, sino más bien en los diferentes tipos de neurosis.

Quizá por las características del caso de la película, una terapia familiar sistémica hubiera sido más efectiva, evitando así a la paciente el hecho de tener que estar internada durante un año en el lugar equivocado. Una hipótesis sería que Susana era el síntoma de una familia enferma y no portadora de un problema individual.

En el libro "Viaje a través de la locura" se narra la odisea real de una mujer – Mary Barnes - que fue curada con el método de la antipsiquiatría. Dice el Dr. Ramón Sarró en la introducción de dicho libro: "Nosotros, por el contrario, opinamos que un diálogo es la única vía para una integración." [4]

El terapeuta de Mary Barnes, por el contrario, señala que "la psicosis puede ser un estado de realidad, cíclico en su naturaleza, por el cual se renueva el yo; y también afirma que una persona puede funcionar al mismo tiempo en varios niveles de regresión".

En un artículo sobre la búsqueda de causas psicológicas para explicar la obesidad y el resto de los trastornos de alimentación leemos: "desde la niñez, la comida se relaciona con otras cosas: con amor y odio, con poder y control, con cultura y religión." [5] Se manifiesta también en este artículo, que la terapia cognitiva es muy efectiva para tratar la bulimia.

Los ejemplos anteriores nos muestran a grandes rasgos que en los distintos casos es correcto o apropiado utilizar métodos distintos. El hecho de que se utilice un método con mayor frecuencia, no quiere decir que sea mejor o peor, sino que a lo sumo es más conveniente en determinados casos.

"¿Cómo habrá de ser el terapeuta en el futuro inmediato?" le preguntaron a Trevi, quien respondió: "deberá ser alguien que sepa que hay puntos de vista diferentes y que eso no implica una crisis, sino una mayor apertura. Alguien, en fin, consciente de que existen otras perspectivas".

Como señaló Trevi, habría que ampliar la mirada, tender hacia un "sano eclecticismo" sin una mirada cargada de ideologías, hacia lo interdisciplinario, para poder atender al ser humano en su totalidad.

Dentro de los métodos psicológicos considero que, como lo señalaron algunos de los autores citados en este trabajo, el mejor sería **la palabra y la escucha**. Pero no querría dejar todo subsumido a estas, me gustaría proponer otros dos métodos que son de hecho más abarcativos: el **respeto** al otro y el **amor**.

Quizá el respeto sea el método por excelencia. El respeto por la persona, por el ser humano y extensivamente por las distintas escuelas que tratan de acercarse a él.

En cuanto al amor, es él el que nos lleva a buscar el encuentro con el otro y a brindarnos incondicionalmente al servicio de su cura o bienestar.

Dice Sarró refiriéndose a Joseph Berke: "La verdadera psiquiatría es la que se practica como lo hace usted, como si fuera guiado por una luz sobrenatural, sin recompensa inmediata; este amor desinteresado a una persona humana concreta, por modesta

Notas:

[1] Diccionario Enciclopédico Planeta (1999). Buenos Aires, Grupo Editorial Planeta. Tomo III.

[2] Inocencia Interrumpida, (1999), EEUU.

[3] Rasy, E.: Entrevista con el psicoanalista Mario Travi. Diario La Nación, Buenos Aires, Edición Internacional del 6-11-2000.

[4] Barnes, M. y Berke, J. (1974). *Viaje a través de la locura*. Barcelona, Ediciones Martínez Roca, S.A.

[5] Los psiquiatras buscan claves para explicar la obesidad. Diario La Nación, Buenos Aires, Edición Internacional del 10-11-2000.