Código de barras

Septg
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE
PSICOTERAPIA Y TÉCNICAS DE GRUPO

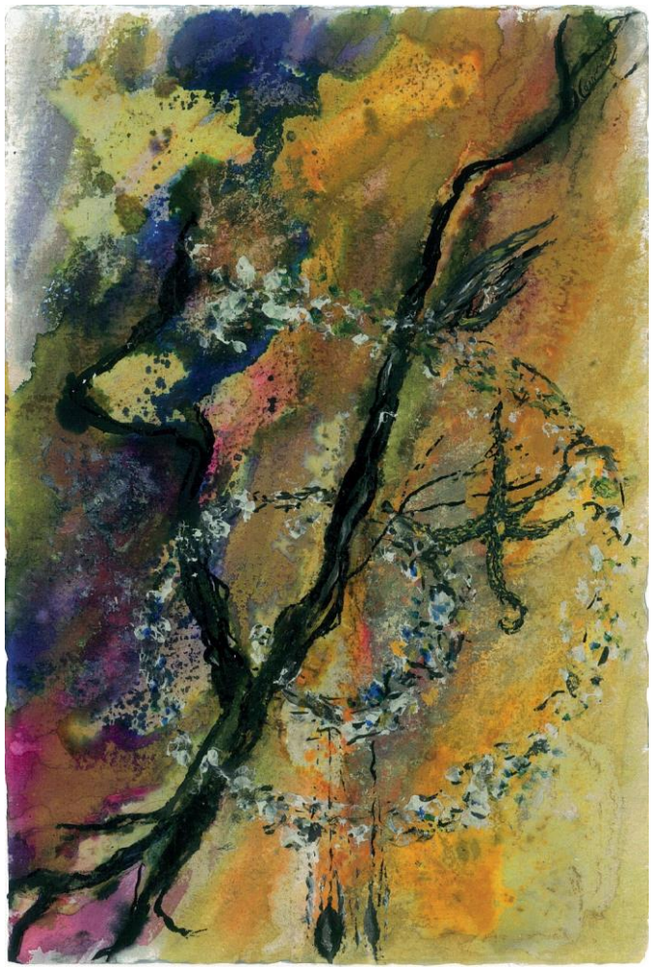
Marzo 2013

31

Septg

2013

Septg
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE
PSICOTERAPIA Y TÉCNICAS DE GRUPO



XL SYMPOSIUM:
La articulación de teorías y técnicas grupales

BOLETÍN
31

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERAPÍA
Y TÉCNICAS DE GRUPO

BOLETÍN 31

Edita: Guil Bozal, Rocío; Guil Bozal, Ana; González Fernández, Silvia
Sociedad Española de Psicoterapia y técnicas de grupo.
Maquetación y producción: Fenix Editora
info@fenixeditora.com
ISSN: 1133-1593

SEPTG. SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERAPÍA Y TÉCNICAS DE GRUPO

Fundada en 1972 ¦ Miembro de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupo I.A.G.P. ¦ CIF: G78.486.313
Presidente de honor Joan Palet i Oartí (fallecido 9 de enero de 2010)

Presidencia
Maria Palacín Lois
Paseo del Valle de Hebrón, 171
Facultad de Psicología
Dpto. de Psicología Social
Despacho 2403
08035 Barcelona
T 93 312 51 72

Vicepresidencia
Ernesto González de Mendibil
C/ Errebal 15, 1Izda.
20600 Eibar
T 94 320 36 52

Secretaría
Mª Consuelo Carballal Balsa
c/ Doutor Rey Romalde
nº 6-8 ; 3º Centro Izquierda
15401- Ferrol – A Coruña
T 616 441 950

Web Master Vicesecretaría
Silvia González Fernández
Encarnación nº 5
11500 El Puerto de Santa María
Cádiz
T 660 548 752

Tesorería
Mª Asunción Raposo Rodríguez
A Muiña, 58 – 2º B
15703 Santiago de Compostela
T606307601
A Coruña

Vocalía de Prensa
Mª del Rocío Guil Bozal
Departamento de Psicología
Facultad de C. de Educación
Campus del Río San Pedro s/n
11500 Puerto Real
Cádiz
T 956 016 733

Vocalía de Formación
Susana Volosín Sexer
C/ Menorca, 6- bajos
07011 Palma de Mallorca
Comunidad Balear
T 630 166 613

Vocalía Zona Centro
Sebastian Carrasco Giron
C/ Genil nº 5
28803 Alcala de Henares
Madrid
T 637 570 080

Vocalía Zona Norte
Francisca Vargas Real
C/ Florida 58, 1º 3ª
01005 Vitoria
T 660 299 661

Vocalía Zona Sur
José Manuel Guerra de los Santos
C/ Estrella Vega 16, Bloq 8 2º B
41015Sevilla
T 617 637 303

Vocalía Zona Este
Montserrat Aiger Valles
Paseo del Vall de Hebrón, 171
Facultad de Psicología
Dpto. de Psicología Social
Despacho 2403
08035 Barcelona
T 93 312 51 71

Presidentes anteriores: A. Gallego, Meré, José Luis Martí-Tusquets, José Luis Mo- reno Chaparro, Luis Cabrero Avila, José Luis Lledó Sandoval, Roberto Inocencio Biangel, Pablo Falcón Alonso, Francisco del Amo del Villar, Enrique Alonso Espiga, Hanne Cam- pos, Ignacio Rodriguez de Rivera, Mercè Martínez i Torres, Maite Pì Ordoñez, Con- cha Oneca Eransus, Cristina Martínez-Taboada Kutz

ÍNDICE

LOLa ESTEVa dE LLOBET y MaRía TERESa PI ORdÓÑEz
Articulación de terapias a través del tiempo: literatura y psicología 11

Mª PILaR GONzÁLEz LÓPEz
Del miedo a cooperar a la acción del cuidado 37

Mª PILaR GONzÁLEz y daYaNa MÁRQUEz
"Técnicas grupales en relación con la Psicología Humanista" 57

MERCEdES HIdaLGO REBOLLO y BEaTRIz MIRaLLES CORREdOR
Vulnerabilidad y resiliencia: medios y miedos 97

MaRía TERESa PI y CONCHa ONECa
¿Qué queremos decir cuando hablamos de integración de técnicas? Taller didáctico-experiencial 107

CLaUdIa GaRCÍa dE La BaRGa y aNNE-MaRIE COSTaLaT – FOUNEaU
Identidad y creación: Análisis ego-ecológico longitudinal de un estudiante en diseño de modas 117

SILVIa TUBERT
Culto a la imagen, sacrificio del cuerpo 143

YOLaNda GONzÁLEz VaRa
Interferencias interpretativas en el proceso de vinculacion padres-hijos 179

JOSEP CLUSa I MaTINERO, in memoriam 193

FRaNCISCO dEL aMO dEL VILLaR y CONCHa ONCEa ERaNSUS
Reflexiones acerca de la experiencia de coordinación de los tres Grupos Grandes que tuvieron lugar en el XL Simposium de la SEPTG en Madrid 195

Resúmenes aportados en el XLI Symposium SEPTG: Vulnerabilidad y resiliencia grupal: del miedo a la acción

CONFERENCIA DE APERTURA 198

MaRTa aLLUÉ dE HORNa
Resiliencia y cultura: La versión del antropólogo 199

TALLERES EXPERIENCIALES

CENDÁN VÉREZ, M.
El Peregrinaje de los sentido 207

HIDALGO REBOLLO, M. Y MIRALLES CORREDOR, B.
La puerta de los vientos..... 208

CARBALLAL BALSA, C. Y RAPOSO RODRÍGUEZ, C.
Transformando la vulnerabilidad en una nueva posibilidad..... 209

ARMAÑANZAS ROS, G.
El crecimiento y la culpa..... 210

PALACIOS ARAUS, L.
Descongelando grupos y sociedades..... 211

JEZAUN, M.
¿Qué hace que confiemos?..... 212

CARRASCO GIR, S. Y HERNÁNDEZ SALGUERO, P.
Relajar el miedo con humor. El afuera no puedo controlarlo, pero sí el adentro 213

TALLERES DIDACTICO - EXPERIENCIALES

AIGER VALLÉS, M. Y PALACÍN LOIS, M.
Paseo entre emociones - de la emoción al afecto..... 214

NAVARRO ROLDÁN, N.
Agua y sal: como activar nuestra capacidad de autosanación..... 215

HERNÁNDEZ SALGUERO, P. Y CARRASCO GIRÓN, S
Humor y autoconocimiento para el cambio..... 216

PI ORDÓÑEZ, M Y ONECA ERANSUS, C.
¿Qué queremos decir cuando hablamos de integración de técnicas?..... 224

COMUNICACIONES

GONZÁLEZ FERNÁNDEZ, S. Y GUIL BOZAL, R.
Somos lo que cambiamos para hacer lo que somos..... 225

VARGAS REAL, F.
Huellas Profundas 226

González López, P.
Del miedo a cooperar a la acción del cuidado 227

Navarro Roldán, N.
Acoso entre pares: psicodrama para comprender e integrar la violencia como parte del crecimiento adolescente 228

Miralles Corredor, B.
Resiliencia y re-silencia. Una experiencia de trabajo grupal con mujeres inmigrantes pakistaníes 229

Carmen Esther Onieva Larrea, C.E y González de Mendibil Alcorta, E.
23 años de experiencias en grupos (de Mérida 1994 a Granada 2013) 230

Costalat, a.M.
Acción y sus efectos en situación de transición profesional. Influencia sobre identidad social 231

Burmeister, J.
Verde que te quiero verde. Símbolos y ritos de la transformación en el Mediterráneo 232

TALLER PARA NO SOCIOS

Carballada achalandabaso, P; Capilla Sánchez, a. y Maldonado Barrera, M. Centro Moreno de Granada.
Tránsito 233

LIBROS

Silva Vazquez, M. y González P.
Del miedo a cooperar a la acción del cuidad 234

armañanzas, G.
Relaciones tóxicas: acoso, malos tratos y mobbing 235

alemán Méndez, S. y Sosa Pérez, C.d.
El laberinto humano 236

Guerra de los Santos, J, Martínez Pecino, R. y otros.
Aspectos Psicosociales de la Comunicación 237

POSTERS

VERa GIL, S
Mujeres, universidad y resiliencia académica: ¿quién saca mejores notas?..... 238

GaRRIdO, C., aNdRÉS, M. J. y GUIL, a.
"Asociación Española para el Fomento de la Educación Específica (AEEE) un proyecto resiliente" 239

GaBRIELa N. y MaRTÍNEz-TaBOada, C.
Resiliencia y toma de acción en menores y jóvenes extranjeros no acompañados . 240

LEÓN CONTRERaS, C. y GUERRa dE LOS SaNTOS, J.M.
Políticos municipales y Twitter: El caso de las elecciones municipales de 2011 ... 241

aBad,J. y LOSCERTaLES,F.
La maestra como fuerza civilizadora en el western clásico 242

ARTÍCULOS

ARTICULACIÓN DE TERAPIAS A TRAVÉS DEL TIEMPO: LITERATURA Y PSICOLOGÍA

Reflexiones a partir del artículo de María Teresa Pi Ordóñez

LOLA ESTEVA DE LLOBET
Doctora en Filología Hispánica
lolaesteva@lolaesteva.com
pimaite@telefonica.net

RESUMEN

En el siglo XX se han desarrollado una multiplicidad de teorías que sustentan diferentes modelos psicoterapéuticos, partiendo del psicoanálisis (finales del XIX), el psicodrama y posteriormente el conductismo, han ido surgiendo otras corrientes terapéuticas. Algunas se basan en la palabra, otras en la acción, en la expresión gráfica, el movimiento, la consciencia corporal… y todas trabajan a partir de la relación con el terapeuta y, en las terapias grupales y familiares, con las personas que comparten el mismo espacio. La finalidad de todas ellas es el alivio del sufrimiento psíquico, sufrimiento que ha existido siempre y es de suponer que las personas que lo han padecido han debido buscar alivio de algún modo. Este artículo trata sobre este tema, sobre el tratamiento grupal e individual, sobre técnicas terapéuticas basadas en la relación en las que se utiliza la palabra, la acción, el agua, el arte…, incluso la farmacología. La literatura del siglo XVI nos describe diferentes métodos de tratamiento, todos ancestrales aunque nos recuerdan a las corrientes terapéuticas más actuales. Jorge de Montemayor nos ofrece una muestra de ello en su obra *La Diana,* publicada en 1558. A lo largo del artículo y basándonos en lo que nos aporta esta obra, y otras de la misma época o anteriores, sobre el tratamiento de la melancolía y otros males del alma, se realizará un recorrido por las relaciones entre terapia y arte.

Palabras clave: Terapia, grupo, arte, literatura, sufrimiento.

Inspiradas en el pensamiento humanista del médico polaco Andrzej Szczeklik, cada vez estamos más convencidas de que el arte y la medicina tienen muchas cosas en común. Así, considerando la medicina como arte de curación y la literatura como arte de la palabra, podemos tener en cuenta a ambas disciplinas como dos vasos comunicantes saliendo del tronco de una misma arteria por donde fluye la savia de la vida, la curación y el conocimiento. Esta idea está perfectamente recogida en la belleza plástica del cartel que anuncia este XL Simposio de la SEPTG sobre *Articulación de teorías y técnicas grupales*, plasmada muy especialmente en ese espiral de anémonas marinas que intuyen el ritmo de las fuerzas centrífugas de la aportación terapéutica multidisciplinar como símbolo del espíritu de la renovación y del crecimiento personal. Según la opinión de Szczeklik medicina y arte partirían del mismo tronco y ambos tendrían origen en la magia, "un sistema basado en la omnipotencia de la palabra" (Szczeklik, 2010, 23). Así, pues, entendemos la palabra como aliento de la vida y arte de sanación para el restablecimiento de la armonía física y psíquica.

LA ENFERMEDAD Y LA MELANCOLÍA

Hipócrates creía que la enfermedad era "una desarmonía que afeaba la hermosura" y los pitagóricos consideraban que la enfermedad es una falta de armonía entre el microcosmos y el macrocosmos, teniendo en cuenta que en la antigüedad clásica el cosmos era interpretado como la unión espiritual entre el hombre y su creador. El estado óptimo del hombre tenía que ser, pues, la consonancia con su cosmos, de lo contrario, la disonancia, o fractura de los vínculos de la armonía cósmica, conllevaba la enfermedad. Al médico correspondería, pues, la función de establecer la salud a los cuerpos mediante su práctica médica, *katharsis peri to soma,* es decir, la purificación del cuerpo, y tal vez al sacerdote o teúrgo, hoy psicólogos, correspondiera la *katharsis peri to psyche*, la del espíritu. Sin embargo, cuerpo y espíritu suelen ir unidos en los procesos que generan la enfermedad.

En las últimas décadas del siglo XV circuló en Castilla un libro llamado *Arboleda de los enfermos*, cuya autora fue una religiosa, Teresa de Cartagena, que padecía de una terrible sordera desde su juventud, una enfermedad diagnosticada hoy en día como la *otoesclerosis*. En este libro la madre Teresa, del Real Monasterio de las Huelgas (Burgos), explicaba los sufrimientos físicos y psíquicos que le producía esta enfermedad: acúfenos y ruidos, soledad y aislamiento, todo lo que en sí misma comportaba la sordera. El libro comienza, pues, con

una breve introducción a través de la cual la autora justifica, en la distancia de la tercera persona, su escritura y no sólo para remedio de sus males, sino para remedio y consuelo de todos aquellos que padecieren algún trastorno de la salud física y psíquica en desarmonía microcósmica. Así, pues, vemos cómo la escritura refleja esa necesidad de comunicación y consuelo para una soledad sin remedio, como búsqueda del único refugio y consuelo en Dios, el creador, el macrocosmos:

> Este tratado se llama *Arboleda de los enfermos*, el qual compuso Teresa de Cartagena seyendo apasionada de graves dolencias, especialmente auiendo el sentido de oyr perdido del todo. E fizo aquesta obra a loor de Dios e espiritual consolaçión suya e de todos aquellos que enfermedades padescen, porque, despedidos del saludo corporal, leuanten su deseo en Dios que es verdadera salut. (folio r1)

En el siglo XVI, un médico español, Huarte de San Juan, en su obra *Examen de ingenios para las ciencias,* trató muy específicamente de describir la causa o el origen de las enfermedades, considerando que el motivo principal es la melancolía, o desarmonía y desequilibrio que afecta a las potencias del alma (inteligencia, memoria e imaginación,) enajenándola. Según Emilio García, su obra "constituye un antecedente de la teoría modular de la mente (2003, p.1). Chomsky (1969, 1971) afirma que las teorías de Huarte implican una concepción de la mente como órgano del cerebro generacionista, y que es, por tanto, ingenio o potencia generativa por excelencia.

Este concepto organicista de la mente es uno de los temas protagonistas en las ciencias cognitivas de la actualidad que reconoce el legado de Huarte de San Juan y se le considera "el padre de la Frenología" (Menéndez y Pelayo, 1953; Gall)[1]. Según diagnóstico hipocrático, Huarte de San Juan arguye aspectos psicobiológicos y neuropsicológicos en el origen de las enfermedades y en relación con las distintas áreas (propensiones) o temperamentos individuales y los "humores", secos, fríos, húmedos o calientes, en combinación con los cuatro elementos de la naturaleza; fuego, aire, agua y tierra. Así, pues, los cuatro elementos asociados con los cuatro humores y las cuatro cualidades forman el temperamento. Como se observa en la tabla, la melancolía se debe a una acumulación de bilis negra, fría y seca, y se distinguen dos tipos de melancolía: una genial y sublime, otra irracional y patológica. 5

1 Emilio García, Huarte de San Juan. "Un adelantado a la teoría modular de la mente". *Revista de Historia de la Psicología*, 2003, XXIV, 1,9-25.

HUMOR-ELEMENTO	CALIDAD	TEMPERAMENTO
Sangre -FUEGO	Caliente y húmeda	Sanguíneo
Bilis amarilla- AIRE	Caliente y seca	Colérico
Flema- AIRE	Fría y húmeda	Flemático
Bilis negra- TIERRA	Fría y seca	Melancólico

Partiendo de la teoría de los humores, Huarte de San Juan diagnosticó, asimismo, la enfermedad de don Quijote de la Mancha, aquejado de humores secos y calientes, de ahí su temperamento sanguíneo que le llevó a un ligero extravío de la razón, genial y sublime. Por eso la literatura le hace bien, es una buena terapia que le consigue aplacar esa tendencia natural a la melancolía. En su ingeniosa voluntad de ser algo nuevo, ese hidalgo cincuentón, llamado Alonso Quijano, el Bueno, se transformará en ente de ficción, y aunque se convierte en una caricatura, en un espantajo de la andante caballería libresca, tiene muy claro que la función del arte y de la literatura es catártica y reparadora, porque implica conocimiento y maduración psicológica, como decía Freud, "son nuestros poetas y literatos nuestros maestros en el conocimiento del alma" (1908). Recuerden por un momento aquel estupendo pasaje en que don Quijote le aconseja al canónigo de Toledo que

> lea estos libros, y verá cómo le destierran la melancolía que tuviere y le mejoran la condición, si acaso la tiene mala (I, 50).

En esa primera edad dorada de su nueva vida, el hidalgo manchego buscará el tan acendrado amor por la verdad y la encontrará afrontando heroicamente sus propios retos, en cuyo proceso se enraízan las bases del auto-análisis y del conocimiento de sí mismo. En su delirio paranoide encontramos un método para el conocimiento irracional, *el insight,* basado en la asociación interpretativo-crítica de los fenómenos delirantes, aquello que Dalí reflejó magistralmente en sus ilustraciones del *Quijote* (1945) y cuya metodología expone en su texto *La conquête de l'irrationnel* (1935).

Pero antes de que existiera Cervantes y su delirio quijotesco, la literatura medieval, que se gesta en las cortes europeas y se lee en voz alta frente a un público de damas y caballeros, tiene, asimismo, una finalidad grupal catártica y reparadora. La novela de caballerías, el *roman cortois*, de Chretien de Troyes, y los *lays*, de María de Francia, están escritos con un objetivo muy claro: servir de consuelo a todos aquellos caballeros segundones, hijos de familias nobles, des-

heredados y sin feudo, que deberán buscarse la vida conquistando otras tierras y otros feudos, así como también el corazón de otras damas. Esta literatura alimenta los sueños de una masculinidad delirante y melancólica en busca de dos potentes armas: la espada y la guerra para conseguir el feudo; el amor para la conquista del corazón. Personajes como Ivain, el caballero del león, Lancelot, enfermo de amor por la reina Ginebra, Erec, anonadado por sus amores por Enide o el esforzado Guiguemar de los *Lays* de María de Francia, cuyo viaje marítimo le aporta feudo y amor, el mismo Amadís de Gaula o el propio Tirant lo Blanc, al igual que Tristán, enamorado de la reina Isolda, sufren crisis depresivas y tienen heridas incurables a causa de una enfermedad del alma, llamada ἔρωτες (*erotes*), o sea encantamiento y exceso de melancolía provocados por el deseo y los excesos del amor imposible o no correspondido.

LA ΈΡΩΤΕΣ O ENCANTAMIENTO AMOROSO

Y esta es la cuestión: ¿cuál es la esencia de esta enfermedad llamada melancolía? ¿En el centro de qué órgano ubicarla, en el corazón, en el alma, en la médula? ¿Cómo diagnosticarla, atenderla y curarla? Una pregunta de difícil respuesta para la medicina actual, que no contempla los cuidados del alma. Sin embargo, médicos y psicólogos de todos los tiempos han tenido que atender a pacientes que sufrían los estragos de esta misteriosa enfermedad cuya diagnosis escapa a la medicina, pero que está bien descrita y definida en el arte y la literatura.

Ya en el siglo IV, Oribasio de Pérgamo (A.Szczeklik, *Core*, 2012, 306) describió alguno de los síntomas de la ἔρωτες, la melancolía por amor: palidez de rostro, ojeras profundas y negras, sudoración, ojos tristes y caídos, insomnio y tristeza, todo ello síntomas equiparables a la melancolía. Como remedio aconsejaba los baños en el mar, el ejercicio físico, teatro y música; sin embargo constató su difícil curación. Se sabe que la poetisa Safo, la pitia de Lesbos, sufría de esta patología a causa de un amor de imposible remedio, y que se precipitó al mar tirándose desde los acantilados de Léucade.

Lope de Vega en el acto III, escena IV, de *La Dorotea*, la define como "enfermedad melancólica por amorosa inclinación o por la posesión perdida del bien que se gozaba, llaman los médicos *erotes. Cúrase con baños, música, vino y espectáculos*».

La historia de la literatura revela, pues, a través de los textos, no sólo el gran valor que tiene la palabra en el arte de la curación y el restablecimiento de la salud, sino también los medios profilácticos: filtros, brebajes y elixires, elabora-

dos a base de hierbas, raíces o plantas como la mandrágora, el estramonio, la belladona y el láudano. Tal fue la trágica suerte del filtro mágico que bebieron Tristán e Isolda, a los que una devoradora pasión les condujo a una muerte sin remedio. Por el contrario, Melibea, la protagonista de *La Celestina*, de Fernando de Rojas, fue víctima de un conjuro de magia negra. No atreviéndose la doncella a amar al joven apuesto que perdió un halcón en su jardín, recurre a los hechizos de la vieja bruja Celestina, quien introduce entre el hilado que le venderá a domicilio un filtro a base de ponzoña de víbora y sangre de murciélago, de tal forma que induce a la doncella a la *philocaptio* quedando atrapada en los hilos del conjuro diabólico, lo que le conducirá a una felicidad erótica de alto riesgo.

LA TERAPIA GRUPAL. EN BUSCA DE COMPLICIDAD AFECTIVA

Por otra parte, en la lírica popular tradicional, la palabra cómplice es consoladora y paliativa. Las muchachas dialogan con sus madres y hermanas a quienes exponen sus cuitas y penas de amor para recibir consuelo y apoyo frente a la inseguridad, la duda, la traición o la incomprensión de un amado que suele estar ausente o aparecer sin previo aviso:

TEXTOS

Jarchas

¡Qué faré mamma?
Meu al-habib est' ad yana.

II

Garid, vos, ay yermanelas,
¿cóm' contener é meu mali?
Sin el habib non vivreyu
ed volarei demandari.

Villancicos

Aquel pastorcico, madre,
que no viene,
algo tiene en el campo
que le pene.

II

Estos mis cabellos, madre,
dos a dos me los lleva el aire.

No sé qué pendencia es ésta
del aire con mis cabellos,
o si enamorado dellos
les hace regalo y fiesta;
de tal suerte los molesta
que, cogidos al desgaire,
dos a dos me los lleva el aire.

Cantigas de amigo:

III

Ondas do mar de Vigo,
se vistes meu amigo?
e ai Deus, se verrá cedo!

Ondas do mar levado,
se vistes meu amado?
e ai Deus, se verrá cedo!

Se vistes meu amigo,
o porque eu suspiro?
e ai Deus, se verrá cedo!

Por otra parte, y desde un punto de vista espiritual, existe también una literatura para consuelo y remedio de la aflicción del pecado. El hombre del Medioevo estaba sometido a unas pautas de conducta religiosa marcadas por el escolasticismo y la teología teocéntrica. La naturaleza humana se debatía entre el pecado y la salvación y el objetivo del hombre, en sus pasos de peregrino errante por la tierra, estribaba en asegurar la salvación de su alma y la vida eterna. Sin embargo, la carne era flaca y el pecado fácil. El destino del alma estaba en juego en las últimas postrimerías, lo que conllevaba pánico y desesperación. Frente a esta terrible expresión justiciera del cristianismo medieval tan claramente puesta de manifiesto en el arte románico, Gonzalo de Berceo, cléri-

go del Monasterio de San Millán de la Cogolla, abre una vía de consuelo para las almas peregrinas, dando un puesto relevante a la intervención humanizada y sentimental de la Virgen María, que actúa en beneficio del pecador como reparadora y consoladora de sus males. Así, pues, si la Virgen ayuda, consuela y socorre a los pobres pecadores, luego no queda otra, hay que encomendarse a ella. Su obra, *Los Milagros de Nuestra Señora*, estaba destinada a un público laico sin demasiado conocimiento teológico, que transitaba por caminos y monasterios de la ruta compostelana. En este sentido, María, mujer y madre, resultaba mucho más próxima y accesible para el hombre, lejos de aquel juez que premia y castiga, el Dios del Pantocrátor románico. Véase esa necesidad de aproximación a María en el principio del milagro *El náufrago salvado, milagro XXII:*

Sennores, si quisiéssedes, mientre dura el día,

Leemos un miraclo de la su santidat
que cuntió a un bispo, omne de caridat,
que fo omne cathólico, de grand autoridat;
viólo por sus ojos, bien sabié la verdat.

Tal es Sancta María como el cabdal río
que todos beven d'elli, bestias e el gentío;
tan grand es cras com eri, e non es más vazío,
en todo tiempo corre, en calient e en frío.

Siempre acorre ella en todos los lugares,
por valles e por montes, por tierras e por mares.
qui rogarla sopiesse …con limpios paladares,
no le podrien torzones …prender a los ijares.

Sin embargo, de todos los autores medievales es Boccaccio quien mejor entiende ese gran valor de la catarsis literaria. Cada una de sus obras conecta directamente con el público a quien parece hacerle un guiño de complicidad en sus pesares. Así, en *Il Deccamerone,* cuenta 100 historias para distraer y consolar de los desastres de la peste. Son historias divertidas de amor y relaciones que sirven para hacer pasar un rato agradable en un contexto nefasto de muerte y enfermedad. Huir de Florencia, refugiarse en el campo y contar historias para distraer a un público aterrorizado y vulnerado por los desastres de la enfermedad. Dice así al principio del *Decamerón*:

PROEMIO

Es humano tener compasión de los afligidos; y si en cualquier persona parece esto bien, debe exigirse aún más en aquellos que necesitaron consuelo y lo encontraron en otros.

En la PRIMERA JORNADA justifica su obra

Por lo que, para aliviar de alguna manera la falta de Fortuna donde menos pródiga resulte…yo en socorro de las mujeres que aman, me propongo relatar aquí cien novelas, fábulas, parábolas, historias, o como queramos llamarles, referidas en diez días en una honesta reunión de siete damas y tres jóvenes, durante el pestilencial tiempo de la pasada mortandad… En estas narraciones encontrarán placenteros lances de amor, con otros fortuitos acontecimientos, tanto de los tiempos modernos como de los antiguos.

Asimismo, *La Fiammetta* fue un libro escrito como consuelo y remedio de amores y dedicado en exclusiva a todas aquellas mujeres que pudieran estar sufriendo el dolor del olvido. Un libro que previene a todas las mujeres del mal de amores y de sus graves estragos en el cuerpo y el espíritu, así como del deterioro general que esa extraña enfermedad provoca quitando el hambre y el sueño, incluso la belleza primigenia. Fiametta además de prevenir a todas las mujeres de este mal terrible suplica a todas aquellas que lean su libro tengan compasión de su estado

Por otra parte, en *Il Corbaccio* Boccaccio advierte a los hombres de los vicios y maldades de las mujeres. Les pone en estado de alerta y sobre aviso, especificando ampliamente todos y cada uno de los vicios que afecta al género femíneo.

Durante el siglo XV y principios del XVI los estragos de la novela sentimental fueron excesivos ya que sumían al personaje enamorado en un estado de depresión y frustración absoluta que, en la mayoría de casos, conllevaba el suicidio. El sentimiento amoroso se presenta en forma de gran sufrimiento por parte del amante no correspondido que sucumbe frente a los desdenes de la amada. Pretenden hacer un lento análisis de la pasión amorosa y del sentimiento, sin perspectiva objetiva de la realidad o situación, simplemente como revulsivo terapéutico. Los protagonistas viven el amor como algo indestructible y anquilosado, por eso no hay evolución alguna en el desarrollo de sus personalidades lo qua caracteriza a seres enfermizos, obsesivos y compulsivos sin me-

sura. En resumen, se llega a la conclusión de que el amor platónico es nocivo porque encasilla al personaje e impide su evolución abocándolo a un proceso de comportamiento neurótico.

> …Siguiendo el cauce de la literatura sentimental surge en el siglo XVI la novela pastoril que se formó en torno a la humilde figura del pastor quien, desde los orígenes de la historia, realiza una función social tan cargada de valores espirituales que fue elevada a arquetipo literario. La condición de pastor puede ser la aspiración de todo hombre que vive en la ciudad con agitación y nerviosismo, o que forma parte del complejo entramado social y político de la corte, y que, además, aspira a vivir sin las tensiones del quehacer cotidiano y con el ocio necesario para poder cultivar su espíritu.

Los libros de pastores fueron, pues, narraciones sobre la vida sencilla de estas gentes al abrigo de la naturaleza, cuyas cuitas amorosas son cantadas al son de un instrumento, mientras el rebaño pace tranquilamente por oteros y majadas. Sin embargo, el pastor es poeta por naturaleza; sus palabras se expresan por medio de canciones que reflejan su mundo utópico e idílico, cerca de bosques y campos próximos a la aldea donde habita y en donde pueden convivir también ninfas y magas. Con frecuencia la naturaleza se hace cómplice de sus penas (árboles, pájaros, aguas, ríos, fuentes).

La lectura de los libros de pastores fue un gran entretenimiento de la clase hidalga del XVI porque defendían el amor por elección y no el impuesto por las convenciones familiares o sociales, en contra de la novela cortesana y sentimental. Aportan los medios necesarios para salir de los excesos platónicos y del mal de la enfermedad del amor. En España logrará su triunfo con las *Églogas* de Garcilaso y *La Diana* de Jorge de Montemayor. En Portugal la pastoral renacentista se tiñe de profundas nostalgias con *Menina e Moça* de Bernardim Ribeiro. Asimismo, *La Diana* puede ser vista como una especie de "culebrón" del siglo XVI pero con soluciones y remedios. La factoría del folletín como remedio y consuelo para los males del amor, un denominador común en todas las épocas. La expresión de los deseos contenidos es el prodigio social de un nuevo género lírico-narrativo que invita a la lectura en voz alta, a la reflexión y a la terapia grupal. Lo principal era crear una ilusión. La ilusión del amor y de las emociones interiores y sus repercusiones en el estado anímico y físico. ¿Y por qué tuvieron tanto éxito? Pues muy sencillo, sólo porque generan ilusión y presentan paradigmas de vida en donde los valores morales están por enci-

ma de todo y las pasiones deben ser analizadas exhaustivamente como vía de consuelo y remedio de todos los males encaminándolas hacia un bien natural y moral. Así, pues, se puede hacer una lectura moderna de *La Diana* de Jorge de Montemayor desde este punto de vista. Ante todo, aparecen una serie de personajes y casos en conflicto, atrapados por el amor. Un grupo de pastores y pastores están afectos del mal de amor y buscan remedio en una terapeuta, Felicia, que orientará y dirigirá el proceso de curación mediante curas naturales y procedimientos alquímicos.

Diana: Una pastora malmaridada. A causa de la marcha y ausencia de Sireno, su padre la casó con otro pastor, Delio. Su amor por Sireno es grande pero imposible.

Sireno: Pastor enamorado de Diana, a la que pierde a causa de su marcha. Encarna el prototipo de la soledad y la solución de su enfermedad de amor se basa en la indiferencia.

Silvano: Pastor enamorado de Diana aunque ella nunca le ha correspondido. Más tarde se enamora de Selvagia.

Selvagia: Pastora que intenta rehacer su vida en los mismos campos que los tres otros pastores, después de ser víctima de una burla de amores, acabó enamorada de Silvano..

Las ninfas: Son personajes fantásticos que simbolizan la belleza y la eterna juventud. Ellas son las guías de los pastores hasta el palacio de la Sabia Felicia después de ser agredidas por unos salvajes.

Felismena: Cortesana que viste de pastora guerrera a causa de la búsqueda de su amado Felis, al que lleva siguiendo mucho tiempo tras desaparecer.

Felis: Cortesano que después de compartir un romance con Felismena mediante cartas, se muda a la corte de la princesa Augusta Cesarina con la que olvida a Felismena.

Belisa: Ella vive apartada y retirada del mundo en la soledad de la naturaleza a causa de los daños del amor por Arsileo.

Arsileo: Es la estampa contraria de Sireno. Es la figura del optimismo y en él se encarna la esperanza y la alegría por el reencuentro con Belisa.

Felicia: Sacerdotisa del templo de Diana, representa la sabiduría y su papel en la obra es dar remedio cura y orientación al mal de amores que sufren todos los pastores y pastoras.

PROCESOS ALQUÍMICOS Y CATÁRTICOS. TERAPIA Y SANACIÓN EN EL PALACIO DE FELICIA

Se sabe que en la Grecia clásica los templos dedicados a Asclepios, el dios de la medicina, estaban situados en las afueras de la ciudad, en medio de árboles, ríos y fuentes o en colinas. Asimismo, Hipócrates explicó que la naturaleza tiene un gran poder en el proceso de la curación de la enfermedad. Así pues, el enfermo traspasaba el umbral del templo para someterse a rituales de sanación, ceremonias que comportaban la *katharsis* o purificación del cuerpo y del alma. Del mismo modo sucede en *La Diana*, de Jorge de Montemayor. Los pastores, que sufren el mal de amores, esa enfermedad diagnosticada en la Edad Media con el nombre de *erotes,* son guiados por las ninfas hasta el Palacio de la Sabia Felicia donde la sabia dama les espera para hacerles el reconocimiento propio de la primera visita o *anamnesis.* Es un lugar maravilloso con mucha luz, símbolo del conocimiento y del saber, y en un paraje excepcional de la naturaleza, adonde los pastores llegan para dejarse guiar en el proceso de curación. El objetivo de la estancia de los pastores afectos del mal de amor en el palacio-templo de la sabia Felicia es, pues, la transmutación de un estado de impureza a un estado puro, mediante la integración de diversas terapias que fundamentalmente serían la representación metafórica de un proceso alquímico. El proceso que experimentará la mente de los pastores en el palacio de Felicia es semejante, pues, al proceso alquímico que experimenta el alma cuando se encuentra en la

oscuridad y debe ser liberada, es un proceso de muerte y resurrección. Se trata de un proceso psicoterapéutico o un experimento alquímico para la búsqueda de las verdades espirituales más profundas.

En la Antigüedad era la alquimia la ciencia y el arte secreto de las transformaciones de metales comunes degradables, plomo, estaño, hierro, cobre o mercurio a metales puros como el oro y la plata. Pero no representa solamente la degradación de los metales impuros sino que análogamente lo será también de las transformaciones espirituales del alma en su recorrido depurativo hacia la perfección. Dice Jung que una vez que te encuentras a ti mismo es como si encontraras la piedra filosofal. Esto se consigue de la mano de Felicia, que representa simbólicamente la imagen del sacerdote, médico o teúrgo del templo de Diana, lugar donde tendrá lugar la transformación de lo imperfecto del cuerpo (*soma*) y del espíritu (*psysche*) en algo perfecto.

Así, el palacio de Felicia es una gran casa con un gran resplandor a donde los pastores han accedido guiados por las ninfas y atravesando un angosto y oscuro bosque:

> Habiendo caminado media legua por una angosta senda, salieron de la espesura del bosque a un lugar muy grande y espacioso regado por caudalosos ríos, que estaban rodeados por una gran arboleda, en medio de la cual se vislumbraba un magnífico palacio cuyo resplandor parecía que estaba hecho de finísimo cristal.[2]

Cuando los pastores llegan a la presencia luminosa de Felicia, entrarán por la puerta de la luz a donde se encuentran los secretos del conocimiento y de la verdad. Así los pacientes que entran al palacio deben alcanzar "esta luz que alegra el corazón, provee la iluminación de la sabiduría y del discernimiento, de manera que uno pueda conocer y examinar las cosas con discernimiento y madurez" (*Zoha*r 39d-40a). Esto es, la gracia para distinguir lo verdadero de lo falso, de modo que la gran sabia les dice:

> (…) sé quién sois y adónde os llevan vuestros pensamientos, con todo lo que hasta ahora os ha sucedido, ya entenderéis si os puedo aprovechar en algo. Pues tened ánimo firme, que, si yo vivo, vos veréis lo que deseáis; y, aunque hayáis pasado algunos trabajos, no hay cosa que sin ellos alcanzar se pueda.[3]

2 Adaptación de "*La Diana*", Lola Esteva de Llobet. Ed.Octaedro, p. 75, libro cuarto.
3 Ob. cit, p.76.

"Yo sé quién sois" y en un sentido profundo se sobreentiende también el "sé quién podéis ser"[4] si pasáis por el *athanor* interno de depuración de vuestras almas porque el espíritu de impureza reina sobre el mundo (*Zohar* I, 169a-169b). El fuego pasado por el fuego eliminará el ardor de la enfermedad del amor, *similla similibus curantur*. Por eso en el decorado interior del palacio predominan objetos de arte labrados con metales puros y piedras preciosas: oro, plata y cobre, mármoles, jaspes junto con finísimos cristales, haciendo honor al estilo clasicista de la época y mostrando la entrada al lugar de la sabiduría y la verdad por la puerta de la luz. Se trata de una gran casa y de un gran resplandor, diáfano como el cristal compacto y poderoso. El lujo y la suntuosidad se intensifican cuando llegamos a la estancia de Felicia, aposento privado de la sabia mujer, que recibirá en este gabinete a los pastores con el fin de orientarlos y curarlos. Felicia conoce las propiedades de las piedras y los metales, la función de los cuatro elementos, esencialmente del agua y del fuego y el valor de la música instrumental como vibración de la sinfonía universal. Su gabinete posee el brillo y el fulgor de la sabiduría, el *lumen de luminis* de la verdad. Así, pues, el primer método empleado por Felicia es el de la imposición de manos, sobre la cabeza de los pastores. Mediante un libro secreto, texto teúrgico, recita unas fórmulas litúrgicas que repite una y otra vez como si fueran mantras budistas: "Tú mismo eres tu último maestro. Tu maestro exterior no es más que una señal indicadora. Sólo el maestro interior seguirá contigo todo el camino" (*Nisargadatta*) y que ayudarán a los afectados a tomar cuerpo con su propia situación y comprenderse a sí mismos.

TERAPIAS ALTERNATIVAS Y PROCEDIMIENTOS DE CURACIÓN

El palacio de Felicia se encuadra perfectamente, pues, en ese engranaje de relación médico-paciente, una gran metáfora de la medicina y sus procedimientos terapéuticos. Su preciosismo ambiental, ornamental y mitológico; el valor simbólico de las piedras, mármoles y jaspes; el agua y la luz; el resplandor de los metales, oro, plata, cobre y bronce, junto con los remedios administrados a cada uno de los pastores enamorados, según diagnóstico, confieren a la obra una carga simbólica de gran trascendencia psicológica (p.169-170).

4 "yo sé quién soy y sé quién puedo ser" dice también don Quijote cuando inicia su proceso de transformación y renovación vital y anímica.

Como dice el doctor Andrzej Szczeklik, en su libro *Catarsis* (Acantilado, 2012), hay muchos recursos naturales de sanación considerando que el arte y la naturaleza tienen un poder especial. Pues bien, en los capítulos IV- VI de *La Diana*, Jorge de Montemayor relata cómo los pastores son sometidos a estas prácticas psicoterapéuticas mediante una metodología integrativa que Felicia aplica a sus pacientes, así como: baños, la contemplación de pinturas y esculturas, audiciones musicales, cenas y paseos al aire libre, además de largas conversaciones durante la noche y a la luz de la luna sobre el amor y los efectos de esa misteriosa enfermedad que todos los pacientes padecen. Junto a esto la aplicación de farmacopea individual, según casos y criterio. Se trata de una terapia basada en la relación y grupal. Este tipo de combinatoria suele dar todavía hoy muy buenos resultados en el tratamiento de la depresión y de otros trastornos del estado de ánimo, es decir, del estado melancólico.

BAÑOS

En la primera intervención, la sabia Felicia despoja a Felismena de sus vestidos de pastora y la convierte en lo que verdaderamente es, una dama de la corte, aunque ha llegado hasta el palacio como una pastora guerrera, una especie de amazona. Para despojarla de sus males, el proceso catártico se inicia en la sala de baños. En esta estancia la sumergen en las aguas cristalinas de un estanque, más tarde suben a una recámara donde Felismena muda su traje de amazona por uno de cortesana y la adornan con bellísimas joyas cargadas de piedras preciosas. La joya más significativa es una gargantilla de cuello labrada con una serpiente que atrapa al águila, un animal poderoso, y que lleva en la boca un brillante rubí. Aquí el símbolo de la serpiente es muy significativo. En primer lugar representa todo lo relacionado con el cuerpo y la mujer, pero también es bien sabido que figura como emblema de Asclepios y de la medicina y su significado es la renovación. La serpiente que cada año muda su piel es símbolo de renacimiento. Y la serpiente que lleva enroscada Felismena en su cuello atrapando al rubí preconiza su curación y el reencuentro con Felis, su amor verdadero y causa de todos sus males –recordemos que el templo de Asclepios, estaba habitado por serpientes y ese animal es el símbolo también de la medicina-. El hecho de que un reptil, la serpiente, aprisione a un águila implicaría un trabajo de gran esfuerzo, simbólicamente relacionado con los "trabajos" vaticinados por Felicia a la dama-pastora y que ésta deberá llevar a cabo en relación con la búsqueda de su amado.

EL VALOR DE LAS PIEDRAS

Siguiendo la tradición lapidaria, Montemayor confiere un gran poder simbólico a la conjunción de tres piedras básicas engastadas en las joyas que luce Felismena: el rubí, símbolo de la pasión, el zafiro, símbolo del compromiso y de la fidelidad, y la esmeralda, símbolo de la esperanza. Podría tratarse de un conjunto simbólico premonitorio del futuro de Felismena en relación con su amado Felis.

EL ARTE Y LA CONTEMPLACIÓN DE CUADROS Y BAJORRELIEVES

Mientras eso sucede en la sala de baños, el resto de pastores se someten a un ritual que pretende volver el alma al sentido primitivo de las cosas, mediante el arte y la música. La contemplación de obras de arte se hace mediante la visualización de cuadros que tienen que ver con el honor de lo masculino, en un patio lleno de estampas guerreras, triunfos y hazañas bélicas, una didáctica simbólica muy poderosa relacionada con el valor del esfuerzo y la gloria masculina. La estatua de Marte presidiendo el patio de armas representa simbólicamente el mundo de la virilidad.

> Pues tomando Polidora y Cintia en medio a Felismena y las otras ninfas a los pastores y pastoras, que por su discreción eran dellas muy estimados, se salieron en un gran patio, cuyos arcos y columnas eran de mármol jaspeado, y las basas y chapiteles de alabastro con muchos follajes a la romana, dorados en algunas partes. Todas las paredes eran labradas de obra mosaica, las columnas estaban asentadas sobre leones, onzas, tigres de arambre, y tan al vivo que parecía que querían arremeter a los que allí entraban. En medio del patio había un padrón ochavado de bronzo, tan alto como diez codos, encima del cual estaba armado de todas las armas, a la manera antigua, el fiero Marte, aquel a quien los gentiles llamaban el dios de las batallas[5].

Por otra parte, en el centro del Templo de Diana se erige refulgente la estatua de la diosa, símbolo de lo femenino y de la belleza, "hecha de metal corintio", una aleación de metales nobles oro, plata y cobre. En la sala de mujeres se honora lo femenino. Lo masculino y lo femenino se sitúan opuestos a ambos lados en el árbol cosmogónico de la vida y en el centro la estatua argente de Orfeo, músico y poeta, portador de la armonía universal. Y al son acordado

5 *La Diana*, ob. cit. p.179.

de su arpa, Orfeo cantará las maravillas del género femíneo representado por diversas e ilustres damas, castellanas, portuguesas, catalanas y valencianas, que con su presencia no sólo magnifican la sala principal del Templo de la diosa, sino que recuerdan el contexto histórico y político del país y la corte donde se desenvolvió Montemayor (p.82).[6]

> Así, pues, según teorías renacentistas, el hecho de contemplar una obra de arte, al igual que las vibraciones que produce el sonido acorde de la música, "invitaría al alma a remontarse hacia el sentido primero de las cosas, hacia el mundo de los arquetipos, hacia la ***harmonia mundi***"[7]. En efecto, el arte y la música aparecen aquí como disciplinas del espíritu.

LA MÚSICA

La música tiene, pues, propiedades terapéuticas importantes. Por medio de la música se curaban las enfermedades y los encantamientos por amor, e incluso, la locura por amor, porque la música cuando entra en el cuerpo invade al enfermo con sus vibraciones armónicas produciendo efectos sedantes que curan los afectos descompuestos. Combinando el arte con la música de Orfeo se contribuye asimismo a la armonización de ambos lados, el femenino y el masculino. La incorporación del elemento órfico es un medio terapéutico muy potente para el alivio de los males del alma, que actúa con poder sedante y armónico en las almas desafinadas de los pastores. Sin duda alguna el concierto de Orfeo contribuye a la armonización necesaria de los dos mundos de ambos lados, el masculino y el femenino, el sol y la luna, el oro y la plata. Pero lo más interesante de esta distribución espacial del cuarto capítulo de la *Diana* es la visión cósmica del mundo, simbólicamente representado por dos grandes fuerzas, la masculina, como imagen de una energía activa y expansiva, y la femenina como pasiva y restrictiva, aunque trascendental, según los casos citados. Y ambas, opuestas y antagónicas, se conjugan y armonizan en la balanza de un todo nacional hispano bellamente equilibrado en su doble naturaleza, la femenina y la masculina.

6 Doña María de Castilla, hija de Carlos V y Isabel de Portugal y casada con Maximiliano de Austria; o su hermana, doña Juana de Castilla, casada con Juan Manuel de Portugal que murió muy pronto, lo que le hizo estar como regente de Castilla en tiempos difíciles para la corona.

7 Introducción de Richard Crescenzo al libro *Blaise de Vignère ou la Reinaisance du regard*. Ecóle nationale superieure des Meaux-arts, Paris, 1979, p.18-19.

La música en el palacio de la sabia Felicia es selecta y escogida, depurativa y catártica, perfectamente adecuada a las escenas de un contexto cortesano con embrujo. En el libro quinto, entrando ya en la parte tercera del texto, destacan las canciones de Amor y Fortuna de Arsileo, quien acompasa su angélica voz templando un rabel: "Ay, vanas esperanzas, cuántos días anduve...ya dan vuelta el amor y la ventura...ven, ventura; ven y tura." En esta misma escena es también digno de mención el solo Diana que canta una bella canción de *malmaridada* junto a la fuente de los alisos. La remata el dueto Silvano y Selvagia al son de la zampoña de Diana aclarando los entresijos amorosos y confusiones entre ellos habidas. Silvano y Sireno entonan un canto amebeo de patéticas consecuencias para Diana quien, herida en lo más profundo de su ser, se retira definitivamente del espacio lírico y del escenario narrativo. Asimismo, en el fondo del bosque se oyen los cantos de un coro de ninfas entonando villancicos que versan sobre las tristezas del amor al son de un arpa, un laúd y un salterio.

TERAPIA VERBAL

Asimismo, el análisis de la pasión amorosa, de sus conflictos y consecuencias, como ritual interno de renovación anímica, que es uno de los contenidos psicológicos más apasionantes que aparecen en la historia de nuestra literatura, adquirirá un valor regenerativo y catártico a partir de las conversaciones que la sabia mantiene con sus adeptos a los que aplica terapia cognitiva, a base de preguntas y narrativa, a base de hacerles explicar sus historias estableciéndose dos niveles de terapia individual y grupal.

Es bien plausible que las conversaciones mantenidas entre Felicia y sus iniciados adeptos encajan en los engranajes psicológicos y anímicos del humanismo renacentista y que en ellas se maduran ideas harto conocidas y disputadas en los círculos florentinos por voces tan insignes como la de Marsilio Ficino y Pico de la Mirándola, o por teóricos del amor como León Hebreo, Equicola o Benedeto Varchi, en cuyo contexto proliferan numerosos tratados de amor, desde los años cuarenta hasta finales de siglo[8] y cuyos temas más relevantes fueron el

8 Soria Olmedo, A. (1984), *Los dialoghi d'amore de León Hebreo. Aspectos literarios y culturales*. Granada, Publicaciones de la Universidad, p.26. En ese ambiente de recepción de tratados amorosos es donde convergen el *De amore* de Ficino, los *Diálogos de amor* de León Hebreo y los D*ialoghi* del Tasso, el *Diálogo amoroso* y el R*averta* de Giuseppe Batussi o el *Diálogo dell'infinità di amore* de Tullia d'Aragona, que constituyeron un corpus de literatura filosófica para el entretenimiento y debate.

conflicto planteado entre amor y deseo, la libertad, la razón y la dignidad del hombre. Siguiendo los cánones y atendiendo a los principios más básicos de la filografía amorosa del siglo XVI, tan familiar en el espacio de las Academias, Montemayor crea también su propio "ragionamenti d'amore".

Antes de cenar, los pastores salen a una gran alameda y se sientan junto a la Sabia Felicia. Ninfas y pastores hablan sobre el origen del amor, la ausencia de la persona amada y varios aspectos que relacionan éste sentimiento con la razón. Unos y otros se plantean si el verdadero amor nace de la razón o ¿cómo es que el amor puede hacer perder la razón en perjuicio de la propia persona? No obstante el tema principal de diálogo y discusión se centra en la enfermedad que todos padecen, el amor, aduciendo que enajena y hace perder la memoria al enamorado, le hace fatigarse y suspirar continuamente. Al llegar la cena, se dirigen a un jardín interior del castillo. En este jardín, Felicia les ofrece una cena a la luz de la luna y al fresco de la noche donde los pastores dilucidan sobre temas relacionados con el amor y el deseo, clave de sus conflictos platónicos que merecen una solución.

El debate sobre teoría amorosa sirve de epílogo al cuarto libro de la obra. Los personajes han salido a un jardín abierto donde circula el aire puro y fresco del atardecer, último de los cuatro elementos que faltaba por citar y que cerrará el círculo ambiental del libro. Formando cuatro pequeños corros, los pastores y las ninfas inician un largo debate relacionado con las dudas formuladas por Sireno, correspondiéndose a la perfección con los planteamientos de Filón y Sofía en los diálogos primero y segundo de León Hebreo. Los planteamientos resumidos son los siguientes:

- Si el verdadero amor nace de la razón, ¿cómo es que el amor puede hacer perder la razón en perjuicio de la propia persona?
- Si el amor nace de la razón y del verdadero conocimiento y juicio, este amor es puro, bueno y honesto.
- Pero si el amor honesto proviene de la razón, ¿será el amor deshonesto vicioso e irracional?
- El amor ata la voluntad de los amantes[9].
- El amor engendra deseo de posesión de la cosa amada[10].

9 *La Diana*,ob. cit. p.212.
10 *La Diana*,, ob. cit. p.211.

- Si el amor cesa, una vez poseída la cosa amada y después de saciado el deseo, entonces se trata de un amor licencioso, de apetito bajo y deshonesto. [11]
- Pero el deseo podría ser tan penetrante y tan íntima la contemplación que las almas de los amantes llegaran a disolverse por completo una en otra en una "especie de beso de la muerte" o beso divino, que se plasmaría en el reencuentro de Selvagia y Silvano[12].
- La ausencia enfría el amor y genera olvido.
- El amor "omnia vincet".
- No hay mayor amor que el que emana de la sabiduría, o sea la primera manifestación divina[13].
- Por tanto, amor y deseo presuponen el conocimiento.

Según Filón, hay tres clases de amor: el deleitable, el provechoso y el honesto[14](-división establecida por Aristóteles en su Ética eudemiana y nicomáquea (VII,2 y VIII,2) y, aunque está muy claro que el deleitable puede ser licencioso y el honesto irreversible por inútil, luego habrá que valorar el "provechoso" como a verdadero amor por sus cualidades amables, de utilidad, bondad, belleza, perfección y honestidad.

Así, bajo las pautas de la ética aristotélica y del platonismo ficciniano, Montemayor plantea el tema del "amor provechoso" en los límites de una nueva realidad y como remedio a unos supuestos teóricos que definían el amor como "apetito hacia la cosa buena con el fin de poseerla siempre, pues en el siempre se incluye la carencia continua" (*Banquete* 204e-205e).

Por lo que se ha podido apreciar, los sabios consejos y remedios de Felicia han dado excelentes y positivos resultados a la hora final de la verdad. Han servido para reorientar a los amantes a que, desde el conocimiento y el sentido común, retornen al amor y lo encaminen hacia su fin último, que es el matrimonio, tal como sucede en el Templo de Diana, al final del libro séptimo, allí donde:

11 *La Diana*, ob. cit. p.211.
12 *La Diana*,ob. cit. p.221, cap.V.
13 *La Diana*, ob. cit. pp.207-213.
14 León Hebreo (1986), *Diálogos de amor*, Edición de José Mª Reyes Cano, PPU, Barcelona, p.87.

"fueron todos desposados con las que bien querían, con gran regocijo y fiesta de todas las ninfas y de la sabia Felicia (…)"[15].

ADMINISTRACIÓN DE FARMACOPEA

Finalmente, la Sabia Felicia ofrece fármacos a tres pastores: Sireno, Silvano y Selvagia, dos vasos de fino cristal con agua mágica. Uno de ellos apaciguará el dolor de Sireno y anulará cualquier sentimiento hacia la pastora Diana, mientras que el otro hará que Selvagia y Silvano se enamoren perdidamente el uno del otro olvidando su enfermedad de amor. Todo esto después de caer en un profundo sueño, debido al fármaco que han bebido. Al terminar la historia cada uno de los pastores tiene una solución a sus problemas. Por parte de Sireno, se ha eliminado su sufrimiento y por la de Silvano y Selvagia, olvidan sus amores pasados para centrarse en este nuevo amor que los une perdidamente gracias al agua mágica en ambos casos. En cuanto a Felismena, encuentra felizmente a su amado Felis en Portugal y regresan al Templo de Diana para que Felicia, su médico-sacerdotisa solemnice y bendiga el matrimonio. Y por último, encontramos el caso de Belisa, el caso más complicado, que después de alargar su terapia con Felicia, reemprende su camino para finalmente también reencontrarse con su amado a quien se daba por muerto. La curación es, pues, la finalidad de las terapias. El libro concluye con final feliz y celebración de matrimonio para todos los pastores que sufrían del mal de la *erotes,* excepto el caso de Sireno quien, no pudiendo resolver su caso, queda atenuado su dolor por la terapia y la farmacopea que le administra Felicia.

CONCLUSIÓN

Hemos podido constatar que la literatutra, el arte y la música pueden ser poderosos antídotos contra la melancolía y la depresión, porque ayudan a la construcción de un sentido vital. En su mayoría la obra literaria, prosa y verso, demuestra que gran parte de su producción está destinada a revelar o contar una vida para superar las barreras del silencio. La Literatura es una aliada de la salud y su práctica por parte de médicos y terapeutas, la biblioterapia, forma parte de un proyecto psicológico de clínica literaria, lectura y escritura, como

15 *La Diana*, ob. cit. p.289.

medios innovadores y eficaces de ayuda para la resolución de problemas físicos o emocionales.

Por estas razones hay que tener en cuenta que ese concepto de la "clínica literaria" es altamente significativo en la Historia de la Literatura de mujeres, porque las mujeres emplean la lectura y la escritura para el conocimiento, para mostrar y transmitir su arte, su ciencia o saber, o, simplemente, como remedio a sus soledades La escritura será en estos términos una forma retrospectiva de consciencia y la consciencia es reflexión que sirve de catarsis o de justificación de la existencia y de la identidad. La mayoría de esas escritoras se sienten desgarradas en su condición femínea, proscrita desde sus orígenes al silencio. Por ejemplo, Duoda de Septimania escribe el *Liber manualis* para que su hijo, Guillermo, pueda entenderla como madre, le da consejos morales ya que la educación del niño está a manos de ayos y preceptores de la caballería. Por otra parte, Christine de Pizan, una autora de la corte de Carlos V de Valois a principios del siglo XV, reflexiona sobre la situación de la mujer, la igualdad de los sexos y la posibilidad de acceso al mundo del intelecto. Fue una gran defensora de la dignidad de las mujeres frente a la tradición misógina del mundo occidental. El libro es para esta autora medieval un espacio para el estudio y la reflexión. Su escritura, un reflejo en el espejo del alma. Su obra, *La Cité des Dames*, un proceso de auto-conocimiento. Es necesario, pues, la creación de un espacio simbólico, su "longe estude" aventajando "la habitación propia" de Virginia Wolf. Christine busca el espacio de su soledad para erigirse como una intelectual cuya postura crítica es prefigura del feminismo de la igualdad de los sexos. Y así podríamos citar un largo etcétera de mujeres apenas conocidas que escribieron para la construcción del sentido de su propia identidad, como remedio, consolación o renovación. Como dice María Zambrano "transformar la psyche es el intento de psicoanálisis" (1987, 79).

Lectura y escritura son, pues, medios muy eficaces que permiten, según Bion, "operaciones transformadoras y pequeños *insights* posteriores, preludio de cambios ulteriores" (Bion, 1972). Hoy en día la narratología psicoanalítica se propone como terapia porque es una forma de reescribir y ordenar la historia personal, única e intransferible.

BIBLIOGRAFÍA

Chomsky, N. (1969): *Lingüística cartesiana*. Madrid: Gredos.

Chomsky, N. (1971): *El lenguaje y el entendimiento*. Barcelona: Seix Barral.

Fodor, J. (1986): *La modularidad de la mente*. Madrid: Morata.

García Vega, L. Y Moya, J. (1991): *Juan Huarte de San Juan patrón de la psicología española*.

Gondra, J. (1994): Juan Huarte de San Juan y las diferencias de inteligencia. *Anuario de Psicología*. 60, 13-34

Granjel, L.S.(1988): *Juan Huarte y su Examen de Ingenios para las ciencias*. Salamanca: Real Academia de Medicina.

Huarte de San Juan, J. (1989): *Examen de ingenios para las ciencias*. Madrid: Cátedra. Emilio

García, Huarte de San Juan. "Un adelantado a la teoría modular de la mente". *Revista de Historia de la Psicología*, 2003, XXIV, 1,9-25.

José A. Barreiro, *El psicoanálisis como literatura y terapia de Antonino Ferro* (Buenos Aires, Editorial Lumen, 2002) en: "Revista uruguaya de Psicoanálisis", 2003: 97, pp.216-221.

León Hebreo (1986), *Diálogos de amor,* Edición de José Mª Reyes Cano, PPU, Barcelona, p.87.

Lola Esteva de Llobet (2011), *La Diana* de Jorge de Montemayor. Versión adaptada. Octaedro editorial, Barcelona.

Madrid: Ediciones Académicas.

Soria Olmedo, A. (1984), *Los dialoghi d'amore de León Hebreo. Aspectos literarios y culturales*. Granada, Publicaciones de la Universidad, p.26.

REFLEXIONES A PARTIR DEL ARTÍCULO

La humanidad se ha caracterizado por sus vaivenes históricos. Leyendo el artículo vemos como en el siglo XVI se describían técnicas terapéuticas no muy alejadas de los que estamos haciendo ahora y ya se conocía el poder sanador de la palabra, la literatura, el arte, la música y, sobretodo, de la relación, del grupo. Conocimiento que venía de lejos, pues ya en la Grecia clásica se conocía el poder desestabilizador de las emociones o humores y la capacidad que tenía la música, la danza y las artes para estabilizarlas o también, para todo lo contrario.

En la página 112 del libro de Szczeklik (2010) podemos leer:

"El elemento órfico es la influencia taumatúrgica y mágica de la música que es capaz de modificar el curso normal de los sucesos, burlar las leyes de la na-

turaleza, curar y elevar al hombre a la altura de un ser divino, pero también precipitarlo al abismo del mal".

"Los pitagóricos desarrollaron la idea del parentesco entre los movimientos y sonidos y el alma. Por un lado las figuras de la danza o los tonos musicales expresan emociones y por el otro las despiertan al actuar sobre el alma".

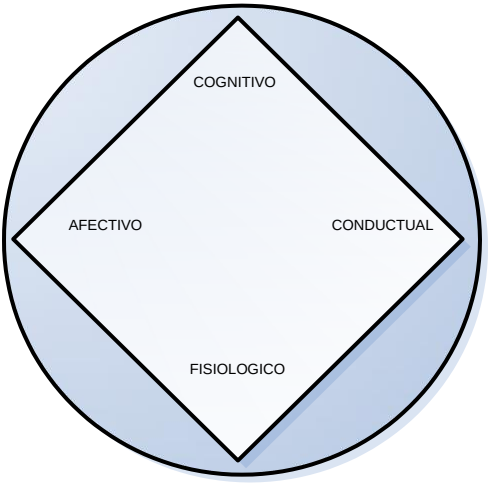
La melancolía se relaciona con el mal de amores y el objetivo de la terapia es la curación, aunque a veces ésta no es posible y entonces se debe recurrir a la farmacopea y/o a continuar la terapia para que la persona acepte su situación. ¡Cuántas veces los que trabajamos en salud mental nos vemos limitados a acompañar a nuestros pacientes en un viaje que sabemos que no les llevará a la solución de sus problemas, sino a hacerlos más llevaderos! Pero la curación puede ser también esto: Aceptar las propias limitaciones y sacar provecho a las potencialidades que a menudo están escondidas y hay que buscar.

Los métodos que se describen podrían resumir la evolución de las teorías que sustentan las principales orientaciones terapéuticas. Podríamos describir a Felicia como una terapeuta que integra – desde el marco de las terapias relacionales – técnicas corporales, de expresión, verbales, farmacológicas…

El problema es el mal de amores, ¿puede ser que la base del sufrimiento sea la falta de amor? Alan Schore (2000) ha descrito como unas pautas de crianza despersonalizadas, disarmónicas, con falta de sensibilidad y no contingentes con las necesidades de los bebés, provocan daños en el desarrollo cerebral, especialmente en el sistema orbitofrontal y sus conexiones corticales y subcorticales, las áreas que regulan la conducta instintiva que despiertan los afectos. Bowlby fue el primero en la segunda mitad del siglo pasado que puso de manifiesto la importancia de la forma en que los niños se vinculaban con sus cuidadores, basándose en experiencias reales y no en fantasías. Actualmente se está viendo gracias a la utilización de técnicas de imagen cerebral, como unas pautas de crianza incoherentes, no contingentes, no sensitivas y, sobretodo, poco amorosas, llevan al desarrollo de un estilo de apego inseguro y eso se refleja en las estructuras cerebrales que modulan la regulación de las emociones. Esta desregulación persiste hasta la edad adulta en ausencia de experiencias compensatorias que provoquen el cambio en los modelos operativos internos (MOI) e influyen en la manera de relacionarse con los demás y en el sufrimiento que pueden provocar las dificultades en dicha relación. La psicoterapia puede modificar los MOI siempre que se ajuste a las necesidades del paciente y encuentre la puerta de entrada que éste tenga disponible. Los MOI son las representaciones men-

tales que incluyen componentes afectivos y cognitivos. Estos modelos, en lo relativo al apego, se forman a partir de los resultados que obtiene el niño cuando intenta lograr proximidad con su cuidador (Main,1985). Mary Main los define como las reglas conscientes o inconscientes a partir de las cuales se organiza la información relevante relacionada con el apego, obteniendo o limitando el acceso a esta información. La representación de uno mismo y del mundo y las expectativas e interpretaciones sobre los otros y sus intenciones están relacionados con los MOI, favoreciendo o entorpeciendo el acceso a la información sobre las relaciones que se establecen a lo largo de la vida.

La investigación pone de manifiesto que nuestra conducta está determinada por la emoción y ésta está por encima de la razón. Las terapias más efectivas son las que conectan con nuestras emociones y tienen en cuenta el particular estilo de cada persona, no se llega a todo el mundo de la misma manera, Richard Erskine describe las cuatro partes del yo que intervienen en la relación:



O'Reilly-Knapp, Marye & Erskine, Richard G. (2003)

En un yo integrado existe armonía entre las cuatro y la intervención puede iniciarse a través de cualquiera de ellas. En un yo no integrado, hay que buscar cuál de ellas está disponible para iniciar nuestra intervención. Desde la teoría del apego, en psicoterapia se parte de un concepto similar, el terapeuta debe convertirse en una base segura y confiable antes de iniciar la intervención propiamente dicha, esto puede llevar minutos, horas o meses, dependiendo de los modelos operativos internos (MOI) del paciente.

Felicia actúa según la necesidad de cada uno, como si se tratara de una terapeuta formada en Psicoterapia integrativa y basada en el apego. Las técnicas que utiliza son muy similares a las que se han ido desarrollando a lo largo del siglo XX, algunas a finales del XIX, como el psicoanálisis. El siglo XX ha sido muy rico en la aproximación al funcionamiento mental y desarrollo de la personalidad y en la elaboración de teorías psicoterapéuticas que puedan curar o paliar dicho sufrimiento. Todas se han mostrado efectivas en algunas e inefectivas en otras personas. Eso ha provocado la aparición de más teorías y técnicas, cada una con su marco teórico propio. Hasta finales de siglo parecía que la tendencia era a separar e intentar demostrar que la propia era la mejor. La investigación y, en gran medida, la ayuda que han supuesto las técnicas de imagen cerebral, nos está llevando a la constatación de que no existe una explicación única, y tampoco una misma intervención es útil para todos, sino que hay que observar y escuchar a la persona que tenemos delante para indagar qué necesita e intentar ofrecérselo, si está fuera de nuestro alcance, derivando a quien pueda hacerlo.

En la literatura a lo largo de la historia se muestra como dicho conocimiento ya existía, se había desarrollado a partir de la observación empírica y la reflexión sobre lo que se observaba. El método de reflexión ha ido cambiando, de la lógica aristotélica al racionalismo, el empirismo… Esto hace que nos planteemos que no estamos tan lejos de nuestros antepasados y que seguimos trabajando con las mismas técnicas reinventadas una y otra vez.

BIBLIOGRAFIA

O'Reilly-Knapp, Marye & Erskine, Richard G. (2003) Core Concepts of an Integrative Transactional Analysis. Transactional Analysis Journal, Vol. 33, No. 2, pp. 168-177

Riem, Madelon M.E.; Bakermans-Kranenburg, Marian J.; van IJzendoorn, Marinus H.; Out, Dorothée & Rombouts, Serge A.R.B. (2012) Attachment in the brain: adult attachment representations predict amygdala and behavioral responses to infant crying. Attachment & Human Development, Vol 14, 6, pp. 533-551

Schore, Allan N. (2000) Attachment and the regulation of the right brain. Attachment & Human Development, Vol. 2, 1, pp. 23-47

Szczeklik, Andrzej (2010) Catarsis. Sobre el poder curativo de la naturaleza y el arte. Barcelona. Ed. Acantilado

DEL MIEDO A COOPERAR A LA ACCIÓN DEL CUIDADO

Dr Mª Pilar González López
Catedrática jubilada de la Universidad de Barcelona
mariapilargonzalez@yahoo.es,
+34-933092107

RESUMEN

Esta comunicación tiene por objetivo dar a conocer cuatro nuevos puntos de vista para su posterior discusión reflexiva: 1) el miedo como emoción. 2) distinguir entre el físico compartir, cooperar o competir biológico y colaborar en relaciones psicosociales en los procesos grupales 3) importancia del afecto en nuestro desarrollo. El proceso del cuidar, cuidarse y ser cuidado 4) la interacción evolutiva a través del grupo entre *natura* (selección natural) y *nurtura* (selección cultural). Formación en el desarrollo del cuidado.

Palabras claves: Miedo, emoción, afecto, compartir, cooperar, colaborar y cuidado.

FEAR TO COOPERATE TO ACTION CARE

ABSTRACT

This paper aims to present four new views for further thoughtful discussion: 1) the fear and excitement. 2) distinguish between physical share, cooperate or compete in biological and psychosocial relationships in work group processes 3) importance of affect in our development. The process of care, care for and be cared 4) evolutionary interaction through group between nature (natural selection) and nurture (cultural selection). Training in the development of care.
Keywords: Fear, excitement, affection, sharing, cooperation, collaboration and care.

MIEDO Y EMOCIONES

Sentir miedo es una emoción ¿Pero porqué sentimos miedo? Todos sentimos algún grado de emociones negativas y Wukmir en la Psicología de la Orientación Vital, señala la existencia de cuatro emociones distónicas básicas que nos acompañan siempre: **soledad, inseguridad, inferioridad e incomprensión.** No poseerlas sería perjudicial para nuestro desarrollo. Entiéndanse por distonías básicas, aquellas emociones negativas que somos capaces de soportar y sólo cuando cualquiera de ellas se acentúa inesperadamente hace que sintamos miedo alertándonos del posible peligro para nuestra supervivencia.

Afortunadamente, la naturaleza nos dota del proceso del patior, energía o capacidad del organismo gracias al cual desde la misma célula- organismo-persona, se genera el esfuerzo y tensión suficiente para superar la situación amenazante. Vivir es siempre un proceso costoso que necesita en mayor o menor medida el esfuerzo necesario para ello. La biología en efecto nos ha dotado también con emociones positivas, pero ambas positivas y negativas necesitan del "Patior". "Patior" significa según Wukmir resistencia y esfuerzo presente siempre en el grado necesario para sobrevivir. El aumento del patior nos produce miedo por la necesidad de incrementar dicho esfuerzo y tensión para atender a un sufrimiento innecesario que nos infrinjan o padezcamos. Actualmente este tipo de aumento de patior es conocido también con el nombre de resiliencia. Pero ambas palabras se refieren a un mismo hecho, soportación y resistencia que nos ayudan a sobrevivir. Si nos aumenta cualquier distonía, que analizaremos por separado, nos produce miedo.

Hemos de admitir que **la soledad** nos acompaña siempre. Bajo nuestra piel, solos estamos desde que nacemos y nos cortan el cordón umbilical, lo que nos hace necesitados del cuidado de los otros. A la placenta biológica necesariamente le sustituye la placenta afectiva del cuidador o grupo, tal como afirma Rof Carballo (1984). Por tanto, la radical situación del hombre no es la soledad como afirma Heidegger u Ortega, la radical situación es la grupalidad o la altruidad.

La inseguridad, también nos acecha siempre desde el nacimiento, estamos inseguros ante cualquier fenómeno natural (terremotos, lluvias torrenciales, tifones, huracanes o el simple azar de pasar bajo una cornisa en el momento que se derrumba que puede ser catastrófico). Nadie nos asegura conseguir alimentación o cobijo en la indefensión en la que nacemos y tenemos suerte si contamos con un grupo que nos facilite sentirnos menos inseguros.

La inferioridad por su parte como distonía también nos produce miedo ante una necesidad imposible de satisfacer en solitario o bien cuando la reflexión elemental nos patentiza nuestra insuficiencia para el logro que nos proponemos. Necesitamos entonces, paliar la inferioridad mediante autoafirmaciones de consecución adecuando las metas a nivel más reducido o recurriendo a pedir la ayuda del grupo para conseguirlas.

La incomprensión resulta ser una aún más sutil distonía capaz de producirnos miedo basándonos endicho sentimiento de origen bio-psico-social. Deseamos que alguien nos comprenda y anhelamos encontrar a ese "otro/a" que nos acepte en lo que realmente somos. Buscamos sin descanso a quien real o imaginariamente sea capaz de entendernos. Ni la amistad ni el amor capaces de calmar esta distonía pues tenemos miedo, a que si concurren determinadas circunstancias podamos ser traicionados, sacrificados o abandonados. Si se ama a alguien se teme perderlo/a. Encontrar una persona o grupo acogedor es vital para cualquier individuo pero hay que tener en cuenta que puede resultar una carga para individuos creativos y/o con independencia de criterio, pese a ser tan necesario para acoger la nueva idea creada.

En resumen, el miedo nos produce una alerta para intentar superar la soledad, la inseguridad, la inferioridad y la incomprensión y nos espolea a superarlas con la ayuda y pertenencia a un grupo, capaces de paliarlas, por eso somos seres grupales.

Lo normal biológicamente, es que las relaciones interpersonales nos proporcionen recursos afectivos que son vividos con emociones positivas por parte del receptor. Para contrarrestar las emociones negativas la naturaleza nos dota de emociones positivas que favorecen nuestro desarrollo y bienestar. Nadie está exento de sentirse bien cuando otra persona nos proporciona afecto en forma de recursos necesarios para sobrevivir.

EMOCIÓN Y AFECTO

Con lo anteriormente dicho tendremos que aclarar la diferencia entre emoción y afecto, aunque ambos conceptos son necesarios para la supervivencia. De aquí que sean confundidos, a veces, como términos sinónimos. Distinguirlos es una nueva propuesta a considerar.

Los individuos vistos desde un punto de vista sistémico como un todo, están formados por distintos subsistemas y supra sistemas organizados en diversos

niveles: intra-inter, personales y grupales. Podemos situar las emociones en el nivel intrapersonal de la experiencia y los hechos interactivos afectivos los situaremos en el nivel interpersonal de la misma. Una emoción es intra-personal (sólo yo soy capaz de sentir y distinguir entre emociones como el amor u odio, alegría y tristeza… y el grado o intensidad en que las siento).

El afecto, sin embargo, es un trabajo gratuito proporcionado como recurso dado en beneficio del otro con lo que se convierte por su origen en inter-personal y es constatable objetivamente. Del mismo modo, así como la emoción no tiene límite, en principio, el afecto tratándose de un recurso, siempre es limitado.

Para ver con más claridad las diferencias entre emoción y afecto exponemos el siguiente cuadro, dónde aparecen dos nuevos términos: valoración y valores, que expondremos a continuación.

EMOCIÓN	AFECTO
La emoción es intrapersonal.	El afecto es interpersonal.
La emoción es un sentir que necesita esfuerzo y tensión (patior) en la valoración.	El afecto es realizar actos con trabajo en beneficio del otro/s esperando reciprocidad.
La emoción forma parte y es necesaria para la valoración como proceso de la orientación vital.	El afecto consiste en proporcionar y distribuir recursos de toda índole con categoría de valores.
La emoción es necesaria para la supervivencia de los individuos.	El afecto es necesario para la supervivencia del grupo.

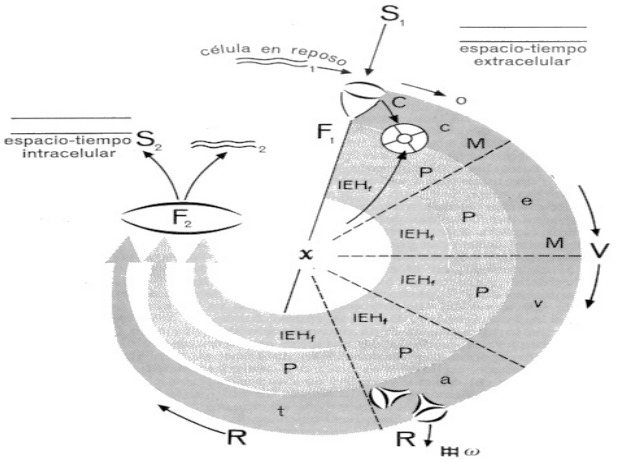
CONCEPTO DE VALORACIÓN

Todo organismo posee la capacidad valorativa y orientativa para decidir si algo contribuye o no a su supervivencia, si algo es agradable o desagradable.

Para ello Wukmir (1967) postula que todo estímulo recibido para elaborarse ha de pasar por el proceso cognitivo emocional de la valoración previo al acto. Ni siquiera los estímulos reflejos considerados automáticos ocurren sin que se establezca tal proceso y su inmediatez es debida a la rapidez adquirida evolutivamente a través de la memoria conservada filogenéticamente.

De este modo substituye elesquema(S-R) estímulo– respuestalinealy mecanicista vigente del conductismo, por el esquema (S-V-R) estímulo-valoración .respuesta holístico y sistémico, en el cual la letra "V" significa Valoración cognitiva-emocional. El proceso de valoración analíticamente constaría de: cognición-emoción-valoración-acto-tono (c-e-v-a-t) previo a la realización de una respuesta. Proceso extensible a todos los seres vivos por el cual se diferencia de lo inerme.

Incluimos el esquema gráfico de una célula donde aparecen los principales elementos que fundamentan la Teoría Oréctica. En dicho prototipo de funcionamiento celular se ve claramente la 'V' de valoración que media entre el estímulo 'S' y la respuesta 'R' que describimos anteriormente.



En la figura, aparecen abreviaturas como la 'P' de 'patior' del que hemos hablado con anterioridad y la 'M' de 'memoria', así como 'IEHf ' que corresponde a las iniciales de los tres factores 'Instinto- Ego- Herencia filogenética' teniendo los dos primeros un significado diferente al usual en otras orientaciones teóricas. Para Wukmir Ego (E) sería igual a las necesidades en el organismo e Instinto (I) sería igual a satisfacción de esas necesidades. La F significaría la consecución y mantenimiento de la Forma.

Un organismo unicelular posee mecanismos simples pero es capaz de evaluar si una situación o estímulo le es favorable o desfavorable para sobrevivir, mientras un mamífero, por ejemplo, posee mecanismos emocionales mucho más com-

plejos, en los que su sistema nervioso juega un papel fundamental (González et al. 1998). Vivir significa experimentar a través del hacer, del sentir y del pensar.

Si la valoración es importante es porque sólo partiendo de ella en biología se puede realizar este proceso de optar por cooperar o competir con distintos niveles de complejidad, células-organismos-personas-grupos, y decidir en cada uno de ellos que es más efectivo para la supervivencia, siendo en los niveles personas- grupos la valoración convertida en valores. Por tanto, la cooperación y la competición son de origen biológico y están en el mismo plano.

Como el conflicto se evidencia de una manera patente y a veces trágica se ha atendido más a estudiarlo y se optó normalmente por primar la competición. El aforismo "Homo homini lupus" lo atestiguan. Esta situación ha trascendido también desde ámbitos científicos y Darwin no es ajeno con la Teoría evolutiva al planteamiento de la lucha por la existencia. Siglos acumulando evidencias sobre el conflicto hicieron que se sobredimensionara tanto que todo se enfocó por esa vía, olvidando y desatendiendo que la cooperación es también una opción existente y que nos favorece desde hace millones de años para contribuir a nuestra supervivencia.

Desde la etología sabemos que existen tres modelos de relaciones diádicas en el compartir: el modelo de depredación, parasitario y simbiótico. El primer modelo de relación depredadora acaba siempre, en suma cero hasta la pérdida total de la vida para uno de los sujetos, el depredado. Es evidente que el miedo aquí actúa como acción defensiva para alertar al organismo.

El modelo parasitario se da en situaciones de carencia de recursos por una de las partes. En este tipo de relación (visto desde la óptica del afecto como recurso), quién parasita no está interesado en matar a la víctima pues en ella sustenta su propia supervivencia y obtención de recursos. Desde el egoísmo de poseer más recursos, todos desearíamos ser parásitos antes de ser expoliados. Aquí el miedo es preventivo.

Sólo en el modelo simbiótico encontramos beneficios mutuos para ambas partes que proporciona la relación, dar y recibir recursos necesarios para cada uno de los sujetos. Se opone, tanto a la competición a ultranza de la depredación voraz, como a la rapacidad del parásito usando la cooperación como mecanismo de supervivencia. Este último modelo debería ser usual y normalizado en nuestra especie, y disminuiría la existencia del miedo. Ahora empieza a ser reconocido que nuestra supervivencia se ha basado en cooperar y este hecho es patente en nuestra evolución (Tomasello, 2010).

Siendo tan interesante y útil la cooperación, ¿cómo hemos tardado tanto en estudiarla? La explicación nos parece sencilla al par que interesante. En el ser humano se ha producido una evolución social de la especie como supervivencia gracias precisamente a la cooperación grupal. Y eso, en su día novedad, dada la atención y primacía obtenida por la idea darwiniana de la lucha por la existencia, y del conflicto aparejado primó sobre cualquier otra constituyéndose la competición en idea rectora olvidándose el estudio de la cooperación, concepto hoy ratificado como necesario y reivindicado por investigadores como Michael Tomasello del Instituto Max Planck o Humberto Maturana, entre otros, con los que estamos de acuerdo. Tan biología es el conflicto como la cooperación.

Una nueva cuestión se nos plantea, ¿por qué confundimos y usamos indistintamente cooperación y colaboración cuando ambas son necesarias para afrontar un conflicto y su posible solución?

Para intentar responderla, previamente plantearemos los conceptos de compartir, cooperar y colaborar no sólo como una cuestión semántica en sus diferencias, sino por su uso epistemológico en el planteamiento de las distintas ciencias.

Veamos por tanto, como hemos podido pasar del compartir al cooperar y desde éste al colaborar, analizando y aclarando dichos términos como valores a los cuales el grupo no es ajeno.

COMPARTIR, COOPERAR Y COLABORAR

Estos tres términos aunque a veces sean usados indistintamente, tienen significados diferentes pues señalan fenómenos distintos. No sólo en su etimología, sino y aún más importante, porque sirven para proceder con su distinción epistemológica, por el uso que desde diferentes paradigmas: física, biología y psicología suelen hacer de los mismos adecuadamente.

Compartir, como termino procede del estamento más básico, las cosas físicas pueden hacerlo. Así se dice que compartimos la misma galaxia, el mismo sistema solar, el mismo clima… Es evidente que también existe un compartir para las especies y sin este compartir no tendría sentido hablar ni de cooperación ni de competición.

Cooperar cobra sentido desde la biología. El correcto funcionamiento de una cooperación entre células y órganos son indicadores de una buena salud en

nuestra supervivencia. Sólo las células como elementos vivos son capaces de valorar y en la valoración deciden entre el conflicto o la colaboración. Incluso avisándonos con el conflicto de la disfunción de un sistema, usándolo en sentido positivo cuando como en el caso de la inmunología nos defiende al atacar células dañinas. El conflicto puede también ser negativo como en el caso del rechazo de un órgano trasplantado, que para lograr restablecer la cooperación requeriría mediación adecuada.

Basándonos en la biología y no al nivel celular sino refiriéndonos a personas y grupos, sabemos que la cooperación fue básica. El grupo fue una invención necesaria donde interviene la cooperación y fue útil para la supervivencia, entre otras cosas porque intervino en la sanación de los individuos, que sin el cuidado grupal perecerían. El cuidar al ser humano en principio es un mandato biológico. Por supuesto, cuidar de la prole se comparte con muchos animales, sobretodo, con los nidícolas, ya que necesitan por su gestación corta estar dentro del nido para su completo desarrollo y que cuiden de ellos, al menos uno de los progenitores. Da la casualidad que el hombre como especie por su embarazo largo debería ser nidífugo, aunque se da la paradoja, sin embargo, que es la criatura más desvalida evolutivamente y que más tarda en valerse de modo autónomo y sin el grupo de acogida no llegaría a sobrevivir.

Cuidar de la prole es biología para la continuidad de la especie. Pero también ocurre que se cuida en casi todas las culturas a individuos enfermos, discapacitados o ancianos, al ser éste un mandato social, pues somos también por naturaleza seres sociales. Sin este supuesto, no tendría demasiado sentido que se den casos de cuidar personas discapacitadas o ancianos a no ser porque con tal comportamiento se contribuye a la supervivencia del grupo como especie social. Así se explica el hallazgo de restos óseos con fracturas soldadas, encontrados en cuevas prehistóricas por paleontólogos (Arsuaga, 2013) que sirven de prueba y atestiguan que otros individuos, hace millones de años, cuidaron (alimentándolos y protegiéndolos en el reposo necesitado) al menos durante el tiempo suficiente para que dicho individuo se recuperara del traumatismo sufrido.

Vista psicológicamente, la cooperación es clave para que se dé el afecto que relaciona lo grupal cooperativo con la obtención de recursos necesarios proporcionados por el otro para el desarrollo individual. Por eso nosotros entendemos el afecto como trabajo gratuito o ayuda social y apoyo es necesario con notas distintivas de la emoción.

Si los grupos humanos no hubieran cooperado cuidándose de la especie y de la transmisión cultural no hubieran sobrevivido ni nos hubiéramos desarrollado como seres humanos. De esta cooperación depende no sólo la supervivencia, obtener la salud, los alimentos… sino conseguir sus objetivos para progresar. Para ello fue preciso crear estructuras sociales cooperativas que son las que les permitieron alcanzar tales objetivos y progresar, es decir, se inventaron los grupos.

> La cooperación, como la competición y el conflicto positivo, es el mejor recurso de los seres humanos para sobrevivir y crecer como individuos y como grupo.

Dicho de otra manera, podemos definir la **cooperación** como el intercambio de trabajo o esfuerzo que un individuo realiza en beneficio de los demás y viceversa. Vale la pena cooperar al compartir, con generosidad no exenta de egoísmo. Así pues, el grupo es un sistema social para el intercambio y reparto de trabajo entre sus miembros con el fin de satisfacer alguna necesidad. Nuestra existencia, nuestro devenir y las vicisitudes que ello acarrea están íntimamente ligados a los grupos a los que pertenecemos y no es posible comprender el origen, desarrollo y supervivencia o cualquier otra situación vital sin entender también las relaciones grupales de los sujetos que los componen.

Es más, para que se dé la colaboración el cooperar es básico. Por eso, desde este planteamiento, el concepto clave que nos permite relacionar lo grupal con el cambio individual es la cooperación seguida de la colaboración. Cooperar significa trabajar juntos cuando lo hacemos para conseguir nuevos objetivos o nuevas finalidades se requiere necesariamente tener una actitud consciente y un compromiso colaborativo por parte de sus miembros.

Colaborar tiene una base psicosocial, es trabajar igualmente pero ahora con compromiso y voluntad actitudinal de conseguir con otros, el mismo fin, y contribuir con el propio esfuerzo al objetivo común de elaborar lo nuevo, (de ahí el co-elaborar semántico) para avanzar hacia el progreso. Como seres imaginativos podemos elaborar nuevas cosas y decidir en base a la cooperación si queremos adoptar la actitud de "elaborar conjuntamente" con otros para que aparezca la solución creativa e innovadora a un problema. Necesitamos implicarnos.

Gracias al concepto de colaboración, podríamos distinguir por ejemplo la diferencia entre grupos y equipos de trabajo. En efecto, todos los equipos son grupos pero no todos los grupos son automáticamente equipos, pues para ello se necesita un compromiso.

La estructura grupal en la que se ubica el compartir se convierte primero en cooperar y con nuestro compromiso consciente en colaborar, trabajo aún más evidente en el grupo que hemos denominado equipo. Con razón existe una base común en la etimología de la palabra equipo, *bien provenga del escandinavo 'skip' (=barco) bien del francés 'equipage' (=tripulación), términos que se refieren a un conjunto de personas organizadas para realizar la tarea compleja de la navegación* (González, Silva, Marín, 2009, p. 22), es decir; cooperan y colaboran todos los miembros que lo componen. En general, el reparto de las cargas de trabajo en un grupo-equipo, no se realiza de una forma mecánica. La complejidad del fenómeno hace intervenir multitud de factores en la distribución del trabajo, aunque todos sus miembros son necesarios, e imprescindibles para su realización desde el capitán al último grumete.

La materia prima que constituye la base de todo intercambio para lograr algo nuevo intra- inter grupal *"es el trabajo o esfuerzo proporcionado colaborativamente como recurso en forma de afecto"* (González y Barrull, 2000). Que hemos definido afecto como trabajo no remunerado en beneficio del otro. Esto es aplicable a profesiones que el cuidado de los demás exige no sólo cooperación sino entrega de afecto y colaboración en el compromiso. Determinadas profesiones de alto riesgo exigen este plus de afecto y compromiso, las declaraciones que realizó Spadafora (2014), que dirigió a los bomberos en el rescate del 11-S de Nueva York insistió sobremanera en que si no fuera por este tipo de compromiso "nadie es tan tonto como por arriesgar la vida por el sueldo". Frase extensible a muchas otras profesiones que nos cuidan socialmente por ejemplo: policía, ejército, servicios sanitarios…

La colaboración representa un estadio superior en nuestro desarrollo como seres humanos. Condensa la esencia de valoraciones y revaloraciones que exigen la toma de decisión compromisaria y la asunción de sus consecuencias.

Hablar de trabajo en física se entiende como consumir energía. Cuando un sistema realiza trabajo sobre otro le cede una parte de su energía. Así, cuando realizamos cualquier clase de trabajo experimentamos lo que subjetivamente llamamos esfuerzo. Si hablamos de grupos entendemos que su historia, es decir, su evolución, desarrollo y supervivencia como tal, depende cuantitativa

y cualitativamente del trabajo en forma de cooperación y colaboración que realizan sus miembros.

Para Tomasello (2010), la diferencia fundamental entre la cognición humana y la de otras especies es la capacidad cognitiva de participar con otros en actividades de colaboración, con intenciones y objetivos compartidos.

Victor Frankl (2004), desde un punto de vista humanista considera que el hombre como ser consciente y responsable comienza propiamente allí donde se hace colaborador y deja de existir cuando cesa la responsabilidad.

EL PROCESO DE CUIDAR, CUIDARSE Y SER CUIDADO

Dicho todo lo anterior, ¿qué es primero cuidar, cuidarse y ser cuidado?, o bien, ¿ser cuidado, cuidarse y cuidar? Sea de una u otra manera no cabe duda que en dicho proceso es necesario el grupo. Pues el grupo puede como un todo, a través de los elementos individuales que lo componen, competir o colaborar tanto en los procesos intra- inter personales y grupales.

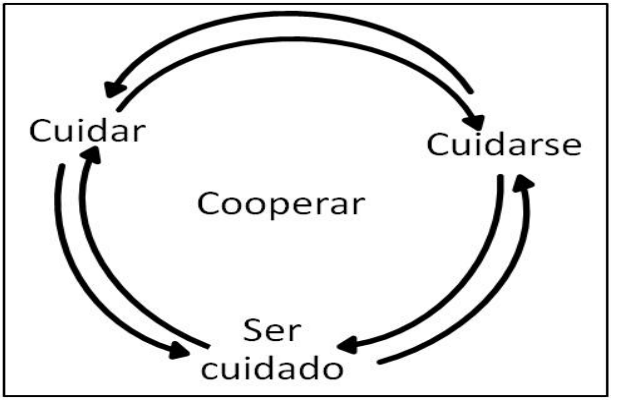
Por eso aquí no tratamos de la clásica relación diádica cuidador/a – cuidado/a que evidentemente es la más conocida. Normalmente, esa temática se aborda desde ya hace tiempo para describir los procedimientos o maneras de hacer en la práctica que la persona cuidadora debe realizar hacia la persona que cuida. Se refiere casi con exclusividad al tiempo dedicado durante el transcurso de una enfermedad, o cuando sufren carencia o disminución el sujeto cuidado de la diada. El sujeto activo o que atiende es al cuidador y el sujeto pasivo es la persona que recibe el cuidado siendo por tanto un proceso lineal y la mayoría de la veces mecánico.

En nuestro caso la propuesta es distinta. Abarca, en primer lugar, la totalidad del ciclo vital y en segundo lugar se parte de un proceso global y sistémico tríadico que para ambos sujetos implica el término cuidarse, además del cuidar y del dejar que te cuiden, imprescindible en toda relación que se establezca en la vida “cotidiana y normal”.

Un bebé recién nacido como vimos requiere ser cuidado pero es evidente que su madre tuvo que ser cuidada y cuidarse para poder cuidar a su vez al recién nacido. Y el bebé bien pronto tendremos que adiestrarlo para que se cuide. Todos sabemos, por tanto, lo que es cuidar, cuidarse y ser cuidado en mayor o menor medida, porque el mundo de la interrelación para sobrevivir pasa necesariamente por este proceso.

Hoy entendemos que en la génesis de la vida de cualquier individuo resulta imprescindible el cuidado materno. Cuidados, necesita el embrión nada más que se fecunda para llegar a ser un feto, y desde entonces el cuidado del futuro hijo/a requiere y va ligado al auto-cuidado de la madre, es decir necesita cuidarse para cuidar a su vez del neonato; ¿Pero quién cuida de la madre?, porque está claro que al menos en su última etapa de gestación ella también necesita recibir y que le proporcionen ciertos cuidados los demás.

Así que el cuidar, cuidarse y ser cuidado se aúnan por la cooperación en el grupo como un círculo reversible que puede leerse en ambos sentidos. Dicho de otro modo, necesitamos obtener de los otros y poseer recursos suficientes recibidos de los otros para una vez adquiridos, gestionar bien los mismos. De ahí la obligación de cuidarnos para proporcionarlos a quienes dependan de nosotros cuando ello sea necesario. No es egoísmo saber cuidarse. Nadie puede proporcionar recursos al otro si uno no los posee previamente.



Gráficamente este círculo reversible aquí presentado puedo aplicarse a la vida de cada individuo e incluye a toda la especie en los ancestros filogenéticos y ontogenéticos inscritos en cada persona.

Visto este modelo sistémico sobrepasa el simple vínculo mecánico: necesitado- donante, enfermo – cuidador (él que el da y el que recibe), pues incluye además el auto-cuidado por parte de ambas personas de la díada extensible en la medida de cada uno a cualquier necesidad.

Normalmente el cuidador, necesita más recursos para otorgarlos, y se supone que tiene más posibilidades de poseerlos, para hacerse cargo por su rol, de proteger a la otra persona. Pero puede ocurrir que dicha persona cuidador/a no esté tan sobrada de los mismos, pues hay que saber que como tales recursos son finitos. De ningún modo, se pueden presuponer fortalezas inagotables a cualquier persona para soportar el desgaste del cuidar, durante un largo periodo de tiempo dando protección al otro sin medida. Sin duda se resentirá su salud y se agotará por el estrés. De aquí que en el primer punto aclaramos que la falta de afecto, entendido como recurso o trabajo que proporcionas en beneficio del otro pueda producir enfermedad.

Puede ocurrir que dicha persona o grupo cuidador sea carente de los recursos y necesite a su vez, de cuidados personales en forma de afecto, para realizar dicho esfuerzo. Si se lo auto-impone a pesar de todo y lo vive como irremediable resulta abrumador para su propia existencia transcurrido un cierto tiempo. No es de extrañar en dichos casos, como la vida empuja a sobrevivir, se den abandonos incomprensibles cuando la situación se agrava para el cuidador@. Por muy inhumano que parezca un ser vivo tenderá siempre a la huida o a revelarse antes de que quién le parasita, lo deprede, anticipando imaginativamente la imposibilidad de realizar tal tarea y la emoción del miedo resulta insoportable. Efectivamente, el cuidador@, grupo o persona se resentirá cuantos más recursos, tiempo y esfuerzo necesite proporcionar y no son pocos desgraciadamente los casos de ancianos, niños, ruptura de parejas cuando uno de los miembros le diagnostican una enfermedad grave… y que en tales circunstancias extremas son abandonados.

Y no nos referimos sólo a cuidados visibles y prácticas observables, sino a la atención que ha de prestar de continuo en los múltiples aspectos que exigen tales situaciones de estado de alerta y cuidado de la persona cuidadora. Exige un patior o sufrimiento que nos parece insoportable por el esfuerzo innecesario que nos acarrea si suponemos o evidenciamos la colaboración de quienes nos pueden proporcionar a su vez recurso para la supervivencia. Ante este miedo la respuesta vital es la huida. Aún cuando afortunadamente el compromiso nos lleva a continuar sin tener en cuenta nuestra reserva de recursos acumulados.

Por este motivo, acumular recursos incluso desmedidamente se ha convertido en un primacía del modelo social impulsándonos a la competición, que tiene su origen también en el miedo a quedarnos desvalidos. Con esta emoción anticipando la pérdida de recursos y una vez introyectado el mismo, tanto individual

como grupalmente, se opta por competir. La competición por tanto, forma parte de una sociedad donde priman los logros personales por encima de todo fomentando el individualismo máximo como vivencia inter personal y se extienda al grupo como un todo. Ya no se trata sólo que uno sea el primero y el mejor sino que el grupo ha de ser igualmente el primero y el mejor.

Los experimentos de Turner (1990) en el "Re-descubrimiento del grupo social", siguiendo las hipótesis de Tajfel (1989) en su "Teoría de la identidad social", muestran como el simple hecho de distinta categorización grupal hace, que "los otros" sean considerados enemigos potenciales incluso sin que se haya dado interacción o conocimiento de los mismos. Lo que aún resulta más paradójico es que el miedo a la cooperación en el fondo por esta "imaginativa" perdida nos impida obtener recursos personales en nuestro beneficio ante la hipotética inseguridad que los otros los obtengan. Esta situación hace evidente la frase del perro del Hortelano: "Que ni come ni deja comer". Si en la actualidad, este es el panorama existente, ¿cabe la posibilidad de cambiar esta situación? Siendo optimistas creemos que es posible gracias a la formación que veremos en el apartado próximo.

NATURA Y NURTURA

Si el cuidar biológico cambia a social se debe, sin duda, a la necesidad de que los grupos necesitan sobrevivir y perdurar para la transmisión de conocimientos. Esto se generaliza cuando los asentamientos de los individuos, hace que la humanidad pase de ser cazadores o recolectores a ser agricultores y pastores. Los ancianos, sobre todo, debían cuidarse pues poseían el saber acumulado en la memoria y eran ellos quienes conservaban los ciclos agrarios y las operaciones para subsistir como: tiempos de siembra, recogida, mantenimiento... Ellos detentaban el saber y eran el referente vivo del conocimiento del cual dependían como grupo. Se hizo necesario respetar al anciano y cuidar del mismo. Sólo en casos y culturas excepcionales los ancianos y los niños "anormales" eran empujados a la muerte.

Si el cuidar fue y sigue siendo tan importante y con tantos milenios de existencia ¿por qué ha sido tan relativamente reciente el que podamos hablar del cuidado propiamente dicho como discurso construido sobre el cuidar? ¿Cómo podemos afirmar que el saber se ha construido sobre el hecho de la acción de este tipo de comportamientos para convertirse en cuidado?

A nuestro parecer la respuesta estaría basada, en que no se ha podido formar a las personas estableciendo el cuidar como algo socialmente reglado definido por las condiciones que hacen posible la construcción de ese espacio de producción y de intercambio de recursos y transformación en la cooperación humana. Perdiendo el miedo a la misma y olvidándose de la competición de manera cultural.

En este sentido podemos decir que existe el cuidado, cuando hay una práctica socialmente reglada del cuidar para la producción del mismo (naturalmente sobre la base, uso y transformación del cuidar) y cuando existen además agentes para hacer tal transformación, es decir, personas consideradas legítimamente como dispensadores del cuidado en situaciones definidas para ejercer de cuidadores.

De ese modo se justifica su existencia en las respectivas competencias cualificadas para que nos cuiden. No se trata sólo del saber técnico en medicina, enfermería, educación, sacerdocio, política… se trata de que los individuos que componen estos colectivos nos cuiden ayudándonos en nuestro desarrollo y bienestar cada vez con más conocimiento de causa desde sus respectivos campos. Es decir, que como tales sean capaces de asumir las tareas colectivas del cuidar. En definitiva, cuando hay una comunidad de profesionales que debe saber del cuidado para actuar sobre una población, con suficiente conocimiento y formación para ello al cuidarla, porque son capaces de producir y distribuir con sus acciones los saberes sobre el cuidar que avale la existencia del cuidado.

Si uno hace y/o proclama la formación de un triplete sistémico de la cooperación en el cuidar, cuidarse y ser cuidado (Silva, 2013), tiene que describir, explicar y divulgar dicho saber del cuidado: qué reglas se siguen para ello, quiénes son los emisores, quiénes los destinatarios, incluso el valor de los mismos conjuntamente y por separado.

Los discursos sobre el cuidado en ámbitos geográficos o políticos tienen que ser generados desde la preocupación que acaba haciendo posible (ocupación) o impidiendo que lo hagan quienes no conozcan el por qué, el cómo y el mejor modo del cuidar, aunando al mismo su saber técnico, para el que está especializado. Lo que intentamos decir es que una tecnología tan potente como la que actualmente poseemos podría incluso producir efectos perversos si no somos capaces de atender a la formación orientada al cuidado del ser humano desde cualquier ámbito. El objetivo de esta ponencia va en esta línea y a ello nos referiremos al hablar de la formación en el cuidado como "nurtura", siempre orientado a la salud y el bienestar de la persona. Más, para ello, es imprescindi-

ble entender previamente los fundamentos de la cooperación en el significado del cuidar, cuidarse y ser cuidado poniendo las bases de tales conocimientos teóricos y prácticos.

Para hacer más inteligible lo que afirmamos podemos referirnos a ejemplos previos. Durante milenios el lavarse o lavar la ropa fue una práctica. Tuvieron sin embargo que transcurrir siglos para que surgiera el concepto de higiene que engloba y categoriza cualquier beneficio que nos reporte las prácticas previas realizadas por los humanos. Del mismo modo comíamos y no sabíamos de nutrición y dietética. Un ejemplo más actual es el que nos viene dado por el estudio y formación para el ocio y tiempo libre. Siempre existió la posibilidad de cierto descanso con la organización de fiestas más o menos institucionalizadas pero ha sido necesario un transcurrir de años en que ésta evidente práctica se generalizara y se promoviera como un área de conocimiento en la que se incluye múltiples actividades en que la técnica actualmente nos proporciona cada vez más tiempo disponible.

Eso significa que la formación cualifica para realizar actividades de manera más inteligente (Tejada, 2009). Lo que nos proporcionan las prácticas naturales (de la natura) se conviertan sistematizadas y más o menos regladas en formación como "nurtura" capaces de afectar a nuestros conceptos globales a través de la formación.

Nos atreveríamos a decir que en general los/as cuidadores/as en la actualidad son un grupo vulnerable que usualmente carecen de formación en este ámbito y, si se trata del cuidado familiar al que tanto hemos aludido, lo damos por sabido dada la práctica tradicional. Este grupo, mayoritariamente femenino, es *vulnerable dentro de la población ya que su rol las sumerge en una vida dedicada a otro, descuidando su salud* (Jofré-Aravena, et al., 2008 pp.2).

Aunque cada vez se extiende más la práctica de la formación para atender a las necesidades del cuidar en base a lo perinatal o cuando se trata de una discapacidad crónica o carencia. Insistimos en que no basta con conocer la actividad práctica del cuidar transmitida generacionalmente sino que hay que complementarla además con la formación específica para realizar estas tareas por muy capacitados que nos creamos para ello y más aún si extendemos el contexto del cuidado a cualquier situación como, por ejemplo, en la prevención básica en el autocuidado.

La formación cobra sentido para cualquier grupo ya que se trata de educar para cuidar de otro y cuidarse a sí mismo como un proceso permanente que

ha de cumplirse con acierto y responsabilidad. La formación no es sólo para cuidar del otro, sino que incluye ineludiblemente la necesidad de que las personas cuidadoras y cuidadas aprendan a cuidarse física y psicológicamente de sí mismas (Ramajo y Mateo, 2009).

Por formación entendemos el aprendizaje sistemático que se consigue al impartir durante un periodo concreto un programa diseñado al efecto con competencias de calidad contrastada para transmitir a personas o grupos, conocimientos, destrezas, habilidades y actitudes. El ejemplo más próximo en nuestro caso vendría dado por la historia y la existencia ancestral de grupos y pertenencia a los mismos no implica estar formado en Psicología de los Grupos.

Un programa de formación aportará y facilitará a cuidadores y cuidados:

1. Mejorar la comprensión y alcance de sus competencias, funciones, y responsabilidades en relación con la tarea de cuidar.
2. Hacer que la competencia social de las relaciones interpersonales en el cuidado sea más eficaz.
3. Ayudar a crecer personalmente a las personas cuidadoras y reafirmar su sentido de auto-eficacia.
4. Generar un mayor compromiso con la propia actividad y con las personas cuidadas y su entorno.

Por ello, la formación es necesaria porque con ella se adquieren conocimientos, habilidades y destrezas prácticas y sociales (¿qué hacer?) .Además de, poner en práctica de los conocimientos adquiridos implica competencia de las personas y los grupos (¿cómo hacer?). De lo que se deriva también para lograr la competencia que cada una de esas personas desarrolle su imaginación, creatividad e innovación en su quehacer cotidiano (¿cómo ser?). Finalmente, la formación desarrolla actitudes y valores para el buen ejercicio del cuidar (¿cuándo y por qué hacer algo?).

Se plantean, pues, tres interrogantes: ¿qué significa formación frente a información?, ¿qué significa formación frente a técnicas?, ¿qué significa adquirir actitudes y valores en el desarrollo del saber ser?. El formarse como cuidador de personas aúna todos los niveles: saber, saber hacer y saber ser como persona cuidadora.

Durante siglos le fue adjudicado a la mujer este papel que aun en los grupos familiares sigue imperando, si bien está en proceso de cambio. En cada familia suele haber un cuidador principal que responde a las circunstancias especiales del cuidar, sin que ni siquiera haya a veces un acuerdo explícito entre los miem-

bros de la familia para que esa persona asumiera la tarea de cuidar (Franqueza, 2003). Profesiones como maestro o médico eran ejercidas casi exclusivamente por hombres. En la actualidad, las circunstancias históricas han permitido que la mujer acceda a cualquier tipo de profesión especialmente en aquellas que tienen su base en el cuidar, pero haciendo hincapié en la información y la técnica, para lo que salen cualificadas al igual que los hombres; sin embargo, en ambos casos se ha desatendido la formación en el cuidado.

La falta de recursos como el tiempo, disponibilidad o la inexistencia de conocimientos reglados y disciplinarios del cuidado influyen en la escasa preparación para las nuevas situaciones del cuidar. Un caso típico, por ejemplo, es el supuesto que un médico con su dictamen requiera que se cumplan determinados requisitos en el cuidar doméstico en vez de en el hospital. Igual sucede cuando se acelera el alta hospitalaria, no sólo por causas económicas, sino por la posibilidad de un contagio infeccioso vírico o bacteriológico del ambiente hospitalario pernicioso para un recién operado. Los familiares no están normalmente preparados para realizar tales cuidados si no están mínimamente formados. Se producen entonces situaciones y conflictos relacionados con sus aptitudes o con el modo tradicional de cuidar y sobre todo si el soporte del personal técnico no es domiciliario.

Esto supone dudas e incertidumbres difíciles de solucionar sin asesoramiento y formación. Por ejemplo, el médico señala someramente, todo lo más con un dibujo explicativo para la administración de un medicamento en el autocuidado dando la orden de "póngase usted mism@ la inyección de heparina", que angustia aún más al enfermo y puede complicarse con otras circunstancias.

Debemos insistir una vez más en la necesidad de la formación y en el entrenamiento en la ayuda, ampliándola además de a los profesionales a todos los cuidadores "informales" y concienciar a este colectivo de que para cuidar hay que dedicar también un tiempo tanto para formarse como para recuperarse del desgaste sufrido por haber cuidado de alguien (autocuidado).

Un artículo publicado en 'El País' (Fernández, 2008) se hace eco de las demandas de apoyo emocional relacionándolo con la formación de familiares de personas necesitadas de cuidado, reconociendo a la vez que nadie prepara a las personas que han de realizar el cuidado y dice lo siguiente: *Sin apenas recursos públicos de formación y atención, los familiares tienen que aprender sobre la marcha, de manera autodidacta, medicina para entender la enfermedad, enfermería para saber cuidar, psicología para no hundirse mientras afronta las reacciones del paciente*. No nos damos cuenta de que muchos que cuidan se sienten desvalidos y ayunos de habilidades para tal

cometido. Todo un drama como el que propone Ángeles González Sinde en su película ¿*Y a mí quién me cuida*?. ¡Y de mi quién se ocupa! Diríamos nosotros.

Esta formación, necesaria para los cuidadores principales o secundarios, se empieza a ofrecer a profesionales aunque sin visión integradora extendida a cualquier actividad de la vida laboral, incluso en el caso de los educadores (también son cuidadores), encargados de un grupo de trabajo o miembros de un grupo familiar se da por supuesto que están en condiciones de usar las capacidades y competencias para cuidar por el conocimiento legado de la tradición vocacional o familiar sin tener en cuenta tal formación.

Sabemos que el estrés y la depresión causan estragos (burnout) en los colectivos relacionados con el cuidar (profesores, personal sanitario…), pues descuidan su autocuidado al carecer de dicha formación. Este mismo caso corregido y aumentado sucede si lo extendemos a cuidadores informales (amas de casa), normalmente mujeres cuidadoras de un familiar.

Un plan de formación en el cuidado a distintos niveles debe siempre tener en cuenta que son personas adultas, y en muchos casos faltas de preparación y alejadas de cualquier aprendizaje que suponga conocimientos no sólo del cuidar sino del cuidarse. Es necesario que se entienda que a los cuidadores se les debe proporcionar recursos para formarse, enseñando a que no sobrevaloren sus fuerzas. Es decir, debe existir una cooperación sistémica para la gestión de los recursos que se dan a quien los necesita puesto que los recursos son limitados, y como "outputs" deben ser repuestos como "inputs" para la conservación del sistema y logren calidad de vida en dichas circunstancias.

Un buen programa de formación para cuidadores, tanto si está dirigido a profesionales sanitarios como a cuidadores familiares y tanto si es llevado por una persona ajena al sistema sanitario como si es alguien de tal colectivo, debería reunir un determinado número de cualidades básicas en la formación (Silva, 2013). El cuidado sería una área nueva que proponemos para que las realicen los técnicos de grupo en sus programas y que imparta un conocimiento transversal a cualquier tipo de profesión que lo necesite, si queremos pasar del miedo a cooperar a la acción del cuidado la formación es imprescindible. Así afirmamos que actualmente hay agentes que cuidan de nuestra salud, educación, creencias, bienestar… capaces de atender a colectivos, de enfermos, valores religiosos, actitudes de convivencia ciudadana… que están especializados para cuidar, pero son desconocedores del tal saber. Quienes nos dedicamos a los grupos deberíamos implicarnos en ello.

BIBLIOGRAFÍA

Arsuaga, J.L. y Martín-Loeches, M. (2013). *El sello indeleble*. Random House.

Fernández, J. (2008). ¿Quién cuida al cuidador? *El País*. 27 de octubre.

Ferré, C., Rodero, V., Vives, C. y Cid, D. (2008). *El mundo del cuidador familiar*. Tarragona: Silva Editorial.

Franqueza, Mª C. (2003). ¿Quién cuida al cuidador? *Informaciones Psiquiátricas*, 2º trimestre, nº 172.

Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

Gónzalez, Mª P., Silva, M. y Marín, J. (2009). *La aventura de trabajar en equipo*. Lérida. De París Ediciones. pp.22.

González, Mª P. (2004). *La familia como equipo*. Conferencia pronunciada en el Centro de Cultura. Barcelona.

González. Mª. P. y Barrull, E. (2000). El afecto como constructo psicosocial básico. En D. Caballero, Mª. T. Méndez y J. Pastor (Eds.). *La mirada psicosociológica*. Madrid: Biblioteca Nueva. pp. 633-638 G.

Jofré-Aravena, V, Barriga, O. y Henríquez, G., (2008). *Revista Cubana de Enfermería*, 24, 2.

Ramajo, Mª. C. y Mateo, Mª. J. (2009). *Y a mí, ¿quién me cuida? Encontrar el equilibrio entre el dar y darse a sí mismo*. Barcelona: Plaza Ed.

Roff Carballo, J. (1984). *Teoría y práctica psicosomática*. Bilbao: DDB.

Silva, M. (2013). *La cooperación en el cuidar, cuidarse y ser cuidado*. Bcn: Ed. La Plana.

Spadafora, R. (2014). La contra. *La Vanguardia*. 4 de enero.

Tafjel, H. (1989). Experimentos en el vacío social. En J.F. Morales y C. Huici (Eds). *Lecturas de Psicologia Social*. Madrid. UNED. 15-44. v.o 1972.

Tajfel, H, Y Turner, J. (1989). *La teoría de la identidad social de la conducta intergrupal*. J.F. Morales y C. Huidi (Eds). Lecturas de la psicología social. UNED v.o. 1986.

Turner, J.C. (1990). *Redescubrir el grupo social*. Madrid: Morata v.o. 1987

Tejada, J. y Fernández Cruz, M. (2009). La cualificación de los actores de la formación: una mirada desde la profesionalización docente. *Estrategias de innovación en la formación para el trabajo*. Madrid: Tornapunta ediciones. pp. 13-44.

Tomasello, M. (2010). ¿Por qué cooperamos? Buenos Aires: Katz Eds. v.o. 2009.

Wukmir, J.V. (1967). *Emoción y sufrimiento*. Barcelona. Ed. Labor.

TÉCNICAS GRUPALES EN RELACIÓN CON LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

Dr Mª Pilar González López
Catedrática jubilada de la Universidad de Barcelona
mariapilargonzalez@yahoo.es
+34-933092107

Dayana Márquez Pedregosa
Lic. en Psicología
Máster en Análisis y Conducción de grupos
dayanamape@gmail.com,
+34-660597516

RESUMEN

Se realiza un resumen del contexto histórico del pensamiento humanista y encuadrándose el Humanismo como movimiento renacentista con la aparición del tercer poder, la cultura. Se relaciona con el Humanismo y la Psicología en España. Se reseña el nacimiento y los autores más importantes de la orientación humanista en Psicología como 'el tercer camino' en contraposición al Conductismo y Psicoanálisis. Se recogen las metodologías más usuales en Psicología Humanista. Se describen las denominadas técnicas grupales más sobresalientes aplicadas en los grupos y se analizan las posibles causas del paradigma humanista justificando su refugio en los ámbitos donde se aplican dichas técnicas. Concluimos con algunas ideas sobre el legado de la Psicología Humanista y supervivencia hacia el futuro.

Palabras clave: psicología humanista/ metodología/ técnicas grupales

GROUP TECHNIQUES REGARDING HUMANISTIC PSYCHOLOGY

ABSTRACT

A schematic of the historical context of humanist thought is made and framing Humanism Renaissance movement as with the appearance of the third power,

culture. It relates to the Humanism and Psychology in Spain. Birth and the most important authors of the humanistic orientation in Psychology as 'the third way' as opposed to Behaviorism and Psychoanalysis review. The most common methods are collected in Humanistic Psychology. The most outstanding group techniques applied in groups known and possible causes of the humanist paradigm justifying his refuge in areas where these techniques are applied. We conclude with some thoughts on the legacy of Humanistic Psychology and survival into the future.

Key Words: Humanistic Psychology/ methodology/ group techniques

INTRODUCCIÓN

No se trata de supeditar la historia de las ideas a la historia institucional de la Psicología de los Grupos. Subrayamos en este artículo la necesidad de abordar el problema del Humanismo a través de la Psicología Humanista con su potencial explicativo y, la posible pérdida de las ideas o caída de las mismas en el olvido, las cuales son propias y se desarrollan entre los años 50 y 70, periodo en que tuvo vigencia histórica el paradigma de la Psicología Humanista en relación con los grupos.

Decimos esto porque, en el transcurso del tiempo, las ideas contenidas en los discursos teóricos y las técnicas que llevan aparejadas en su aplicación no tendrían potencialidad de no existir agentes técnicos que las pongan en práctica.

Una idea Humanista es siempre la posibilidad de desarrollo del hombre y el progreso de cambio en la mejora del bienestar del ser humano. Para que esto sea posible, y su enseñanza y práctica, válida, se necesita un soporte teórico y técnico e individuos formados en sus valores.

1. EL HUMANISMO

1.1. CONTEXTO HISTÓRICO O BASE DEL HUMANISMO

Una breve revisión de los orígenes del Humanismo es necesaria para entender su actual concepto. Los primeros escritos en los que se vislumbra el Humanismo parten de Sócrates, Platón y Aristóteles.

En el periodo cosmológico o naturalista de los primeros siglos antes de Cristo se busca una explicación racional de los fenómenos naturales preguntándose el

¿porqué las cosas son como son y suceden del modo que lo hacen?, intentando dejar de lado la explicación a través del mito. A este periodo le sucede el antropológico, que dirige la mirada y la reflexión al ser humano poniéndolo en el centro de atención, siendo en **Grecia** donde se inicia este proceso. La democracia, la política, la educación y la ética se consolidaban convirtiendo a Atenas en el centro de vida cultural. Es en este contexto donde grandes filósofos se interesan por el ser humano, el lenguaje y la sociedad.

Sócrates (470-399 aC) maestro de Platón busca el conocimiento de la validez universal considerando el saber como una virtud que se adquiere mediante el diálogo. Introduce el método socrático trabajando con la ironía, la mayéutica y la definición, método que aún perdura en Pedagogía.

Platón (427-347 aC), discípulo de Sócrates y maestro de Aristóteles, inicia el periodo metafísico de la filosofía griega. En sus obras Gorgias, Fedro, Banquete, Fedón, La República, etc., trata de encontrar una definición de lo qué es el conocimiento, la verdad, el bien, la justicia, la belleza. Fue filósofo dualista defendiendo la existencia del mundo de las ideas (real, inmutable, eterno) y el mundo de las cosas (aparente, cambiante y temporal). Su concepción del ser humano también es dual (cuerpo - mente). La mente pertenece al mundo de las ideas; su actividad consiste en hallar mediante la razón la verdad que esconden las cosas.

Según Platón (eudemonista) el ser humano persigue la felicidad con sus acciones, pero sólo la conseguirá practicando la virtud: el dominio de sí mismo mediante la razón. En el mito de la caverna habla de cómo una misma cuestión es interpretada según el foco, la perspectiva con la que se contemple o el conocimiento que se tenga de ello, ya sea por la observación del fenómeno de

forma reiterada o estableciendo un método originando una creencia razonable u opinión (doxa).

El saber (episteme) comienza con el razonamiento sobre objetos inteligibles -entidades matemáticas- mediante el método axiomático-deductivo. Defiende que las matemáticas ejercitan la razón puesto que trabajan con principios abstractos. El saber científico se puede enseñar y se puede aprender pero las ideas sólo se pueden intuir.

La filosofía de Platón inaugura una manera nueva de pensar el mundo que determinará la historia de Occidente. Se observa su presencia en su discípulo Aristóteles y durante el periodo helenístico hasta el neoplatonismo de Plotino (s. III dC) llegando su influencia hasta nuestros días.

Aristóteles (384-322 aC), discípulo de Platón, construyó el primer gran sistema filosófico de la historia. Considerado iniciador de la ciencia física, la lógica e ideas pre-psicológicas. Se interesa por todo tipo de saber y escribe obras referentes a la física y metafísica que responden al saber teórico; los textos referentes al saber práctico tienen que ver con ética y política; y, obras de saber productivo poéticas y/o retóricas.

Se opone al mundo trascendental de las Ideas de Platón, considerando que no hay dos mundos, sino una única realidad que incorpora el ser (los principios universales, las Ideas) y el acontecer (o los cambios a los cuales están sometidos los seres naturales).

El mundo físico para Aristóteles está compuesto por materia y forma; es cambiante y busca la forma última y perfecta. El alma racional constituye la forma característica del ser humano, social por naturaleza, inspirando de este modo la acción moral y política. Así que, según Aristóteles, tanto en ética como en política es necesaria la continua actualización mediante el lenguaje y el diálogo, tratando de evitar los extremos y permitir a los humanos desarrollarse como tales.

Su mayor influencia se deriva de la importancia que le da a las palabras, a la sintaxis, al lenguaje. A Aristóteles se debe la primera formulación de lo que se entiende por hombre (lenguaje e inteligencia): *el único animal que tiene palabra, sirve para manifestar lo conveniente y lo perjudicial, lo justo y lo injusto. Y esto es lo propio del hombre frente a los demás animales*. Se inicia un periodo donde se prima la felicidad personal y la libertad interior (individualidad) antes que a la vida política.

La **Biblioteca de Alejandría** reunió compilaciones enciclopédicas del saber griego. Escepticismo, epicureísmo, y estoicismo siguen teniendo su centro en

Atenas, mientras que en Alejandría proliferaban las ciencias específicas (Matemática, astronomía, física, medicina, filología). Es en Alejandría donde durante estos primeros siglos de nuestra era la filosofía y la religión se funden marcando los pasos de las filosofías cristiana y medieval.

La conquista de Egipto y del Mediterráneo por parte de **Roma** supuso el inicio de la crisis del Museo y Biblioteca de Alejandría, con la persecución de todo lo griego y el consiguiente exilio de científicos y artistas. Dan predominio a la técnica y al pragmatismo realizando grandes obras arquitectónicas.

El último vestigio de la filosofía helenística fue el neoplatonismo que propugnó Plotino, antiguo cristiano convertido a la filosofía que trató de promover la autonomía y profundidad del pensamiento filosófico dentro del misticismo agnóstico de principios del siglo III. Leyó a Platón y Aristóteles facilitando el acceso a la filosofía clásica siglos después. Platonismo y Aristotelismo tienen gran influencia en la cultura occidental hasta nuestros días. Plotino amaba el saber aunque afirmó que la curiosidad por éste puede y ha roto la unidad del ser humano y la naturaleza, buscando con anhelo la recuperación de la identidad a través del conocimiento.

La crisis económica del siglo III hizo que las ciudades romanas perdieran importancia y se produjo una huida al campo. Con el tiempo, en Europa se desarrolló el feudalismo basado en una economía de ganadería y agricultura. Lo que producían era para el autoconsumo y para pagar las rendas al señor. Más tarde los burgos o ciudades medievales se convirtieron en centro de producción de objetos manufacturados para el consumo y venta. Este hecho promueve la especialización que se consigue por la formación en gremios.

La Edad Media comprende un total de diez siglos (s.V-XV) y se dice que no nace, sino que "se hace" a consecuencia de un largo y lento proceso provocando cambios profundos. Suele dividirse en dos grandes períodos: Temprana o Alta Edad Media (siglo V a siglo X); y Baja Edad Media (siglo XI a siglo XV). Suelen llamarla también la **teodicea**, ya que la cultura clásica es sustituida por el pensamiento teocéntrico. El saber queda recluido en las cortes en manos de la monarquía feudal y en Iglesias y monasterios de los clérigos que, con sus escritorios, conservan la cultura antigua a través de los manuscritos y generan nuevos saberes. Es la época de las cruzadas en las que hubo una gran mezcla cultural.

Ya en la Baja Edad Media, se incrementaron las rutas de intercambio comercial y cultural. La Iglesia se trasladó de los monasterios aislados en los campos

a la ciudad donde proliferan los conventos dedicándose a la predicación. Con el desarrollo de las ciudades y la organización del poder por parte de los reyes y la Iglesia, se produjo una demanda de personas con estudios. Hacían falta médicos, abogados o maestros entre otros múltiples oficios. Para cubrir tal necesidad surgieron las universidades (**universitas**) una corporación o especie de gremio formada por profesores y estudiantes. En todas las universidades los estudios son en latín para facilitar y promover el desplazamiento. Es curioso señalar que Paracelso, persona formada en las guerras de Italia en técnicas para curar heridas y gran práctico que ayuda en Salamanca, no pudo obtener el título de medicina por no saber latín.

1.2. EL HUMANISMO COMO MOVIMIENTO RENACENTISTA: EL TERCER PODER

La caída de Constantinopla en 1453 en poder de los turcos, la invención de la imprenta por Gutenberg en 1455 permitiendo la difusión del saber, el descubrimiento de América en el 1492 y otros muchos acontecimientos, promovieron una gran expansión económica, política, cultural y social durante los primeros siglos de la Edad Moderna (s. XV y XVI) con la que se consolida una nueva manera de comprender el mundo: el **Humanismo**.

El Humanismo sitúa al ser humano en el centro de sus reflexiones y redescubre y retoma la herencia cultural y artística de la antigüedad greco-romana. Toma su nombre por la vuelta al pensamiento clásico que ya contenía el germen de los valores Humanistas. Pretende volverse en una postura o actitud frente a la vida capaz de optimizar el potencial humano. Así, frente al poder institucionalizado en el poder espiritual (el clero) y en el poder terrenal (la nobleza) surge durante el Renacimiento esta tercera fuerza del humanismo basado en la **cultura**. Defiende como idea central que el hombre es un ser social, libre e inserto en la naturaleza.

La aparición de la imprenta permitió la difusión de los libros, facilitando así el intercambio de ideas que también se produce con los viajes de las personas. El saber pasa a ser de producto de consumo para unos pocos, recluido en los códices y en los libros escritos para los monasterios, a ser accesible a un mayor número de personas. Tanto la nobleza como el clero se ven influidos poderosamente por el Humanismo.

Del movimiento Humanista del Renacimiento se deriva el interés de la cultura en general y en especial por la pedagogía. Se tiene en cuenta la educación que

alcanza incluso a la instrucción de las mujeres. Luis Vives, erasmista por excelencia, escribe un tratado para la *Instrucción de la mujer cristiana*. Tal fenómeno se concreta en las hijas de Tomás Moro y de la reina Isabel la Católica que leían latín y griego, la educación que Nebrija da a su hija hasta convertirla en una erudita. No podemos olvidar el caso singular de Beatriz Galindo, llamada 'la latina', humanista y preceptora de los hijos de Isabel la Católica.

Los principales hombres renacentistas fueron, por citar sólo a algunos, Francisco Petrarca considerado el primero de los Humanistas del Renacimiento. Muchos le siguieron, destacando en Italia, entre otros, a Nicolás de Cusa, Lorenzo Valla, Marsilio Ficino, y Pico de la Mirándola; y también el holandés Erasmo de Rotterdam, el inglés Tomas Moro y el español Luis Vives.

Al final del siglo XV surgió la figura de Leonardo da Vinci, artista que sintetiza el ideal Humanista. Experimentó en todos los campos del saber y se orientó en la búsqueda artística mediante la investigación científica, lo cual le llevó a idear máquinas o sistemas de defensa, entre sus producciones. En estos años Roma pasa a ser el centro artístico y donde más expresión artística encontramos.

Como símbolo del saber y la cultura del Renacimiento aparece iconográficamente un libro en lugar de la espada del guerrero. Hoy día hay cultura para la paz y es posible porque cada vez más las personas reciben una cultura generalizada, afortunadamente. El intelectual es quien adquiere el poder y prestigio.

La palabra latina que aparece en el s. XVI fue 'Humanista', pero no es hasta el s.XIX cuando el pedagogo alemán Niethammer acuña el término *Humanismo* para indicar la importancia que debía darse a quienes estudiaban la lengua y la literatura griega y latina en la educación secundaria, es decir, aquellos que se dedicaban al estudio de las humanidades.

Todos estos valores se acumulan y progresan hasta llegar a la Revolución Industrial, verdadero molde en el que pudieron consolidarse. A pesar de las terribles carencias que conlleva la industrialización, permite el surgimiento de la burguesía como nueva clase social y la mayor socialización de la mano de obra campesina, ahora diversificada y especializada, facilitando un mejor acceso a la educación.

Así llegamos al momento en el cual el hombre se erige a sí mismo en objeto de estudio dentro de las denominadas Ciencias Humanas y Sociales, nacidas de la Filosofía, Antropología, Sociología y, específicamente, con el nacimiento de la Psicología como ciencia que estudia el comportamiento humano, por todos nosotros conocida como tal.

1.3. HUMANISTAS EN ESPAÑA: SU RELACIÓN CONLA PSICOLOGÍA

Para nosotros el Renacimiento empezó, como el mismo movimiento Humanista europeo, con el filósofo Humanista Luis Vives. Viajó a París, Países Bajos, Bélgica o Inglaterra y fue amigo de otros Humanistas como Tomás Moro o Erasmus. Como filósofo en su obra *"De anima et vita"* (1538) trata conceptos de la Psicología como los referidos a la 'Teoría de la Asociación mental'.

Hemos de destacar como más próximo a la Psicología a Juan de Dios Huarte, filósofo y médico, conocido como Huarte de San Juan. Sin ser santo se le considera patrón laico de la Psicología en España. Su obra " *Examen de ingenios para las sciencias*" (1575) trata sobre la Psicología diferencial, la orientación profesional y la eugenesia. Propone criterios de diferenciación de la Psicología como consecuencia del análisis de la dinámica de los cuatro humores de tradición galénico-hipocrática (sangre, linfa, bilis y atravilius). Siguiendo este espíritu naturalizante, aunque censurada y prohibida la edición de su obra, su examen de ingenios tuvo una resonancia mundial al ser traducida a numerosos idiomas en su época.

Tanto Vives como Huarte anticiparon la posterior hipótesis cartesiana del automatismo del comportamiento animal, de tanto predicamento posterior. Junto a ellos, a quienes podríamos considerar anticipados fundadores de la Psicología en España, cabe referirnos a Hervás y Panduro en educación de los sordomudos o Miguel Servet científico y teólogo descubridor de la circulación sanguínea, al menos la pulmonar, por lo cual fue considerado herético en Ginebra y fue quemado en la hoguera por orden del Consejo de la Ciudad y las Iglesias reformadas.

El esplendor renacentista en España dejó su huella para la Psicología y tanto en la moral práctica de Gracián como en posteriores aportaciones de la escolástica llegaron hasta años cincuenta del siglo XX donde se estudiaba a la vez Psicología, Lógica y Ética. Alcanza el bachillerato de esos años en sus planes de estudios en donde se incluía el estudio obligatorio del latín y el griego como lenguas clásicas.

Desde el siglo XIX, siglo realista, se hace un nuevo uso de las ideas Humanistas que tocan la Psicología, se difunden precisamente en las cátedras de filosofía en la segunda enseñanza, bachillerato, donde tiene presencia el llamado grupo de Salamanca, la Escuela Catalana del Sentido Común, la tradición de medicina Humanista o el Krausismo. Todas ellas intentan contribuir con la educación al cambio y desarrollo positivo del hombre, idea Humanista por excelencia, en el progresismo del s.XIX y del primer tercio del siglo XX.

La Escuela Catalana del Seny, cuyos principales representantes fueron Balmes, Llorens y Barba, se emparenta con la escuela escocesa del sentido común que pretende superar el exceso de sensualismo de Salamanca. De este modo, se acepta la perspectiva metodológica adecuada, como la introspección, al tener conocimiento inmediato del sí mismo y del yo en la ciencia llamada Psicología. Pronto el positivismo y el krausismo anularon dichas tendencias de mediados del siglo XIX, pero el Humanismo y su método, la introspección, ya se había establecido como preludio al paradigma Humanista en Psicología importado básicamente en el siglo XX desde los Estados Unidos.

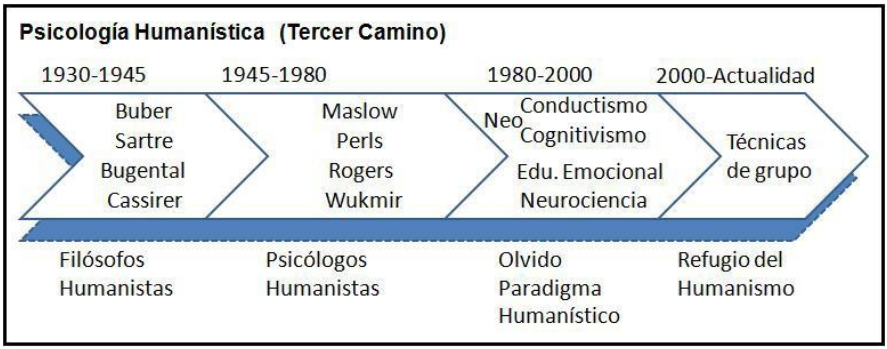
La Psicología fisiológica de Wundt es una piedra angular para los psicólogos así como el estudio del cerebro. Para Giner, en sus lecciones sumarias de Psicología, tanto en la Psicofisiología como la Psicofísica el sujeto psicológico es un todo orgánico donde se equilibra inteligencia, sentimiento y voluntad para ser capaz el hombre de obrar libremente.

Hay que decir que médicos y filósofos humanistas se dan cita en el Ateneo de Madrid donde se disuelve el Krausismo y se facilita con ello la entrada del positivismo frente al monismo idealista.

El positivismo recibe de los naturalistas la idea de competencia y de lucha por la vida, la victoria del fuerte sobre el débil. El individualismo y el egoísmo triunfan desapareciendo a su vez la abnegación y el sacrificio como valores, viendo la Psicología desde un punto de vista físico. Todas estas ideas alcanzan la frenopatía y su aplicación llega al derecho penal. Pretendía que los asesinos y violadores son de ese modo por malformaciones cerebrales, siendo la medicina legal de la locura defendida por Simarro (1898), primer catedrático de Psicología Experimental en la Universidad de Madrid en el año 1902, que fundó la Escuela de Criminología en la misma ciudad al siguiente año.

La psicofísica, la observación, el control experimental, el método analítico e inductivo, sustentaron el avance positivo de la ciencia, siendo aprovechado por la Psicología de los pueblos, la Psicología militar, la Psicología filosófica, la Psicología forense, la Psicología general y un cien por cien la Psicología educativa (Carpintero, 1996).

En España la Psicología, antes de la guerra tuvo un cierto predicamento pero se redujo a Psicología lógica y ética en los planes de estudio del franquismo y se originó un serio retroceso de la misma durante este periodo. Hasta mediados del siglo XX la Psicología no toma de nuevo un cierto prestigio en la España de la post guerra, donde aparecen los primeros profesores y algunos de



los psiquiatras que mantienen la Psicología a través del Instituto Nacional de Psicotécnia o el Departamento de Psicología Experimental del CSIC, y más tarde en las universidades con las primeras Cátedras con lo que se consolidará institucionalmente en el ámbito académico-universitario (Blanco, 1997).

2. ORIENTACIÓN HUMANISTA EN PSICOLOGÍA: EL TERCER CAMINO

La consolidación de la Psicología Humanista en EEUU suele datarse entre los años 1950 y 1960, donde su sociedad estaba marcada por las secuelas de la Segunda Guerra Mundial. La guerra fría sustituye la guerra caliente.

En este contexto, adquiere relevancia la Psicología Humanista como explicación del comportamiento humano. Conocida con la denominación de tercera vía o camino, retoma valores como el auto-desarrollo y la auto-realización de la persona. El término Humanismo se relaciona con la Psicología al considerar al ser humano centro de su interés, y por la aplicación de su método de introspección y subjetivo, sin adherirse al absolutismo mecanicista y lineal imperante en la época como único método científico válido para el comportamiento animal, cuyo estudio sólo puede ser observacional.

La Psicología Humanista debe ser considerada más un movimiento que una escuela. Está compuesta por diversas teorías que tienen a la persona como centro de interés y estudia las características específicas inherentes de la misma como la creatividad, la auto-realización o el lenguaje, lo que significa oponerse a las dos corrientes teóricas dominantes del momento (psicoanálisis y behaviorismo) incapaces de explicar el hecho lingüístico y la negación de lo creativo o una visión optimista del desarrollo del hombre frente al pesimismo psicoanalítico.

2.1. AUTORES HUMANISTAS Y GRUPOS

Suele ponerse como precursores del movimiento humanista a Gordon Allport y Henry Murray quienes utilizaron en 1930 el término Psicología Humanista. En esta orientación se sitúan autores como Buber, Reich, Nelly y Bühler, entre otros, siendo sus máximos representantes Abraham Maslow, autor considerado padre del Humanismo, Carl Rogers, Perls o Wukmir en España cuyos planteamientos teóricos expondremos.

Paralelamente al Humanismo surge el estudio de los grupos tras la Segunda Guerra Mundial, orientaciones teóricas con base en el ideario humanista usando el mismo modelo de hombre. El hombre desde un punto de vista Humanista es un receptor, evidentemente, pero a su vez es un dador capaz de modificar su entorno e incluso lograr pequeños cambios de su especie.

La curiosidad, la creatividad, la empatía, el compromiso, la compasión, la humildad, la confianza, la responsabilidad, la compasión, la solidaridad y el esfuerzo son valores atribuibles al individuo (vividos intrapersonalmente) y a su vez son la base en la que se fundamenta el Humanismo, como también la cooperación, la lealtad o el respeto que no tendrían sentido alguno sin la existencia de las relaciones interpersonales.

Bugental (1964) resume en cinco postulados el modelo de hombre:

1. Visión holística que considera al hombre más que la suma de las partes que lo componen.
2. La existencia se desarrolla en un contexto humano único y en una ecología cósmica.
3. El hombre es consciente de su propio ser, se reconoce en un contexto donde está el otro.
4. La persona puede hacer algunas elecciones y somos responsables de ello.
5. Es intencional, tiene objetivos y sabe que puede ser la causa de eventos futuros, busca significado, valor y creatividad.

El hombre es sede de fenómenos complejos y captarlos implica una cierta construcción del objeto y una selección apropiada de las variables e índices que imponen los modelos, así como las técnicas de descripción y los diseños más apropiados de observación e intervención (Cornejo, 1988).

La concepción Humanista del hombre en Psicología emerge como alternativa a las teorías imperantes en los años cincuenta y sesenta siendo '*un factor*

significativo de la restauración de la persona humana que ha sufrido un grave reduccionismo por el behaviorismo y el psicoanálisis estricto' (Giorgi, 2005, 204), a cuyos modelos de hombre se opone la Psicología Humanista. Ninguna de las dos corrientes habla de las potencialidades del ser humano en su proceso vital, como tampoco de su relación con el otro de modo ineludible en el desarrollo de sus propias capacidades.

Creemos que jugó un papel interesante el que se uniera las ideas humanistas a autores de suma importancia para la Psicología Social y que estudiaran los grupos.

Jacob Levi **Moreno** (1889-1974) es considerado el padre fundador de la Psicología Social (Garrido, 1980). Genio polivalente, escritor, filósofo, psiquiatra, sociólogo y psicosociólogo. Pionero en el estudio de los grupos pequeños y en la ideación y aplicación de las técnicas grupales. De adolescente dudó en ser poeta, religioso o autor teatral escogiendo la medicina finalmente en 1909. Se interesó por la pedagogía y la filosofía y creó "El reino de los niños" o "Escuela de la improvisación" inventándose historias trascendentes y juegos que incitaban a la espontaneidad en el acto de representarlas liberando en parte la hostilidad infantil mediante el "acting out".

Su rebeldía, contra Freud y el psicoanálisis, contra lo estereotipado y prefijado de su época le llevan a trabajar con un grupo de prostitutas se dio cuenta de que el grupo tiene una realidad específica y una estructura propia, y permite una desprivatización del psiquismo individual pues cada participante puede servir de ayuda al otro.

Una segunda figura señera de la Psicología Social, considerado fundador de la misma, y que sustenta teóricamente la visión del grupo fue Kurt **Lewin (**1890-1947) oponiéndose al mecanicismo ya que considera que en el espacio vital están incluidos tanto la posición de la persona como su ambiente psicológico, es decir, el ambiente tal y como lo percibe la persona. Estudió Medicina en Friburgo y al trasladarse a Berlín se interesó por la Filosofía que le acabaría acercando a la Psicología. Uno de sus primeros trabajos fue la descripción fenomenológica de como mira un soldado una colina, que puede ser parapeto de enemigos experiencia que surge al haber sido combatiente en la Primera Guerra Mundial.

Su tesis doctoral la hizo sobre la Psicología del comportamiento y de las emociones en la Universidad de Berlín donde trabajaban las actividades de los creadores de la teoría de la Gestalt: Wertheimer, Köhler y Kofka. Su teoría denominada 'del campo' la elabora con alguno de los principios de la escuela

de la Gestalt. La descripción de los procesos psicológicos sólo será correcta cuando incluya el campo total de acontecimientos en el que se circunscribe, insistiendo que la conducta de una persona está en función de ella y del ambiente. Su pensamiento dinámico considera la interacción entre las condiciones del entorno y la tendencia del individuo con lo que se rechazan las explicaciones basadas exclusivamente en las condiciones del entorno como ya hemos dicho anteriormente.

En 1933 emigra a EEUU por el nazismo y fue contratado como profesor en Standford (California), despertando el interés por la Psicología Experimental. Cualquier circunstancia le servía como estímulo para realizar una investigación, fue el caso de Bluma Zeigarnik que mostraba cómo no se libera la tensión psicológica hasta que no se ha alcanzado la meta propuesta. En EEUU estudió los comportamientos de los niños, empezando en los años 30 a preocuparse por el estudio de los grupos y sus problemas sociales. Se da cuenta que el racismo, el antisemitismo o la agresión son más fáciles de cambiar en sus conductas colectiva que individualmente. Su trabajo con Lippitt y White sobre el liderazgo democrático, autocrático y laissez-faire fue importante porque mostró que se podría, manipulando el clima social, estudiar el grupo experimentalmente.

En 1939 Lewin pasa a trabajar con grupos de productividad en las fábricas lo que llevó a la superación de la resistencia al cambio en la conducta organizativa. Igualmente en 1947 realizó un estudio sobre la alimentación de los americanos que mostró que la discusión en grupo era la más eficaz para cambiar las actitudes y los hábitos alimentarios.

Crea el Research Center for Group Dynamics con la participación de Festinger, Schachter, Lippitt, Bavelas, Cartwright y Deutsch. Ayudado por Benet, Bradford, Lippitt, Deutsch, Horwitz y Seeman forma un equipo donde surge la idea de los grupos de formación o Training Group. En el verano del 1946 Lewin realiza los primeros ensayos de grupos de formación donde no solo se trata de interactuar en el seno de los grupos, sino de aprender y concienciar las actitudes que cada uno adopta frente a la comunicación en tales hechos. Su prematura muerte hizo que sus discípulos Bradford, Lippitt o Deutsch asuman esa labor creando el First National Training Laboratory in Group Development (NTL).

Su teorización compleja y extensa es de una relevancia incuestionable para la Psicología de los Grupos y se remitirá al lector al capítulo escrito por J. Sánchez (2002) 'De la perspectiva interaccionista y su evolución' o 'La orientación de la teoría del campo' desarrollado por M.P. González (1997).

Siguiendo la clasificación de autores humanistas que realiza Martín González (1988) tomamos como referencia algunos de los que él mismo escoge como base de una Psicología Humanista que intenta resolver los problemas de nuestra sociedad.

La primera figura en la que se fundamenta la doctrina básica de un humanista es la Psicología de Abraham Maslow, de la que él mismo se consideraba parte. **Maslow** nace en 1908 y muere en 1970 en EEUU. Discípulo de Hull primero trabajó en la conducta de los primates y fue asistente también en Psicología Social llegando en su currículo a ser nombrado presidente de la Asociación Americana de Psicología (A.P.A). El objetivo central de su preocupación fue el estudio de las necesidades, capacidades y tendencias de la persona sana pues reprochaba a la Psicología que se ocupara más de las debilidades que del natural crecimiento y potencialidades que tiene el ser humano. Si se estudiaba la miseria, el conflicto y la desorientación patológica se pregunta ¿por qué la Psicología no podía estudiar la alegría, la exuberancia y el bienestar en el ser humano?

Después de la segunda guerra mundial se da cuenta que la Psicología no resuelve los problemas de la gente en lo cotidiano, de ahí que abandone la Psicología experimental para dedicarse al campo de lo social. Es un firme defensor de la bondad humana. La destrucción y la violencia son respuestas de una naturaleza frustrada o forzada previamente. Distingue entre la violencia patológica y la agresión que razonablemente se enfrentan a situaciones de injusticia o lacras sociales.

Es conocidísima su distinción entre necesidades básicas o fisiológicas de seguridad, amor, pertenencia, estimación y auto actualización o meta necesidades, justicia, orden, bondad, belleza, etc. Ambas tipos de necesidades si no son satisfechas pueden provocar desequilibrio o enfermedad. Encuentra que la gente más feliz se orienta hacia la motivación del crecimiento, mientras que los neuróticos se inclinan hacia la motivación de deficiencia, por eso sus estudios de motivación han merecido reconocimiento universal.

Uno de los conceptos más potentes en su teorización es el concepto de autorrealización. Estudió la personalidad que sobresalió por sus resultados ejemplares en la realización personal y sacó unas características que le distinguía del resto. Los rasgos de estos sujetos que encontró y señaló fueron:

- estaban orientados realistamente;
- eran capaces de aceptarse a sí mismos, a los otros y al mundo;

- sobresalían en espontaneidad,
- se concentraban en los problemas que habían de intentar solucionar con autonomía e independencia;
- tenían profundas vivencias espirituales aunque no necesariamente religiosas;
- identificándose con la humanidad;
- eran capaces de establecer relaciones emocionales íntimas y selectivas;
- poseían valores y actitudes democráticas;
- distinguían claramente entre medios y fines;
- poseían gran sentido del humor;
- capacidad creadora e inconformismo frente a los convencionalismos culturales.

Armado de tales argumentos y encontradas tales diferencias defendía la perspectiva humanística frente al mecanicismo y su postura ante la ciencia era crítica. Más que anti conductista se declaraba anti doctrinario, manifestándose abiertamente contra todo lo que cerrara las puertas de modo dogmático estrangulando nuevas posibilidades por muy científico que apareciera en el paradigma al uso.

Pensamientos suyos son por ejemplo: que para los psicólogos es básico conocer el existencialismo como base filosófica de un grupo Humanista; que el ser humano necesita vivir con valores y una filosofía de vida casi del mismo modo que necesita la luz del sol, el calcio o el amor. Es natural que si se trabaja con animales en un laboratorio no se replanteen preguntas sobre los valores humanos.

Entendemos que su planteamiento es plenamente psicosocial. Es más que de la ausencia de valores resultan desorientaciones como apatía, amoralidad, desesperanza o cinismo a niveles individuales como sociales. Simplificando para él Freud descubrió la Psicología patológica pero quedaba mucho por hacer en la Psicología de la Salud. La autoactualización es otro de sus conceptos más importantes, y no es que se carezca de problemas sino intentar un cambio de los problemas transitorios a los problemas reales claro que para eso había de desarrollarse un poco más la Psicología Humanista.

Para Maslow existe una retroalimentación entre las buenas personas y las buenas sociedades pues se necesitan mutuamente. Claro está que las personas son buenas únicamente si sus necesidades básicas (afecto y seguridad) son satisfechas.

Partidario del cambio admite que se da el mismo en la filosofía, en la política, en la economía, en la moral y en los valores, es decir, en las relaciones humanas interpersonales. Y se puede contribuir en la realización de un cambio positivo y creativo a través del entrenamiento con técnicas grupales, aunque Maslow esta última afirmación no la llega a formular.

Las hipótesis de Maslow dan pie a la entrada del grupo como instrumento de cambio, utilizándolo para satisfacer las necesidades de autorrealización, autoconocimiento, creatividad, etc. Maslow no plantea específicamente una teoría del grupo pero contribuye al uso del mismo como herramienta tanto terapéutica como experiencial y de crecimiento personal.

Frederick S. **Perls** alemán nacido en Berlín en 1893, muere en Vancouver (Canadá) en 1970. Su infancia y juventud fue problemática ya que le expulsaron de la escuela y tuvo dificultades con la policía. Estudió medicina y psiquiatría y huyó de Hitler, primero a Holanda, desde allí a África del Sur, y más tarde se trasladó a EEUU donde desarrolló su nuevo método terapéutico. Influenciado por el Psicoanálisis, la Gestalt, el Existencialismo y la Fenomenología, opta por criticar el primero. Sus primeras investigaciones están centradas en Psicología infantil, pues está altamente preocupado por la educación. Había ejercido como médico y psicoterapeuta. Influido por el pensamiento de Otto Rank y formado en las teorías de Freud, aplica los principios pedagógicos de Dewey y Kilpatrick y va elaborando su propia teoría. Influyen en él K. Lewin, los psicólogos del 'yo' V. Raimy y G.W. Allport, la fenomenología de H. Bergson y existencialistas como S. Kierkegard y M. Buber.

Perls piensa que los individuos por el hecho de existir son autosuficientes para curarse a sí mismos. Se identifica más con los enfoques gestaltistas que parten de que el análisis por separado de las partes no puede proporcionar la comprensión del todo. El todo se define por la interacción e interdependencia como en el caso del grupo. Se opone abiertamente a los enfoques racionales, mecanicistas y científicos naturales que estudian al ser humano y pone toda su confianza en la inteligencia y sabiduría del organismo. Mantiene que no hay diferencias esenciales entre la actividad mental y física, de ahí que cualquier aspecto de la conducta lo entienda como la manifestación del todo.

Desde su punto de vista holístico y global, aplica el principio del 'aquí y ahora' hasta el extremo que el pasado lo contempla desde la reactivación de la memoria que lo convierte en nuevo presente. El aquí y el ahora se instaura como la única experiencia posible. Concienciarse en esa realidad nos hace encontrar

la razón a las cosas y para él, es más importante explicar la importancia del cómo que saber el porqué.

Promueve el valor del autoapoyo y la autorregulación pues uno de sus postulados fundamentales es que todo organismo está capacitado lo suficientemente para alcanzar un equilibrio óptimo entre sí mismo y el medio.

Su teoría productiva aunque complicada, nos sugiere que a través de nuestros comportamientos físicos gestuales o posturales aprendemos mucho de nosotros mismos, dado que el cuerpo en definitiva es la manifestación más directa de lo que somos.

Prima adecuadamente la importancia del grupo y el sentido de la relación, resaltando el impulso de supervivencia por pertenecer al mismo. A partir de ahí puede convertirse en el instrumento que explica la acción y el sentimiento a través de las emociones.

Su terapia, por lo dicho es una terapia de grupo, pues las personas integrantes de los mismos viven los conflictos en situaciones sociales y colectivas y no de modo aislado.

En su terapia realza la creatividad, con la que el terapeuta trata de ser más él mismo que la copia de lo que puede haber sido cualquier otro maestro por muy importante que fuera. De ahí que extienda la terapia más tarde conocida como 'terapia para personas normales' que intentan potenciar su desarrollo individual y grupal incluso utilizando al terapeuta como un espejo lo que para nosotros significa que en el grupo el conductor sirve en principio como espejo de los otros (González, M.P., 1986).

En sus técnicas grupales aprovecha recursos proporcionados por el psicoanálisis, el conductismo, el existencialismo, el psicodramatismo moreniano valiéndose de un pensamiento humanista y budista. No creemos que sea un ecléctico si no que es capaz de aceptar lo multiteórico si le proporciona instrumentos y utilidad para conseguir un cambio benéfico.

Algunos de sus pensamientos nos explican lo expuesto anteriormente, afirma que no sería fenomenólogo sin la experiencia de verse atrapado, ni sería gestaltista sin tener confianza de que la figura surgirá del caótico trasfondo. Igualmente afirma la importancia del conocimiento 'per se', sobre todo si abarca ese conocimiento 'de sí y por sí mismo' que puede llegar a ser curativo. Según Perls las emociones son la vida misma, el lenguaje con que se expresa el organismo, que modifica la excitación fundamental de acuerdo con la situación que se debe afrontar.

El aprendizaje para Perls, en el grupo era un descubrimiento. En un grupo decía "espero poder ayudarle a aprender y descubrir algo sobre usted mismo". Afirmaba que la técnica es una artimaña, para nosotros una simple muleta, que debe usarse en caso extremo y siempre con un punto de apoyo. Critica a los practicones capaces de recoger recetas o "artimañas" abusando de ellas sin ninguna utilidad, incluso ni práctica.

El desarrollo del proceso de grupo y la unión del potencial humano no es una alegría instantánea del conocimiento sensorial o curación inmediata, se necesita tiempo y esfuerzo para lograr resultados. De Perls son conocidísimos los siguientes versos:

Yo hago mis cosas y usted las suyas
No estoy en este mundo para vivir de acuerdo a sus expectativas
Usted no está en este mundo para vivir de acuerdo a las mías
Usted es usted y yo soy yo
Y si por casualidad nos encontramos será hermoso
Si no, no lo podremos remediar.

Pese al fatalismo que refleja el último de los versos, la veracidad de los anteriores es innegable, y da paso al surgimiento de la palabra encuentro que será básica para el pensamiento de Rogers.

Carl R. **Rogers** nació y murió en EEUU (1902-1987). Doctor en Psicología Educativa y Clínica, su mayor distintivo científico fue también el llegar a ser director de la A.P.A como Maslow. Para nosotros es un personaje que afortunadamente conocimos y con el cual nos formamos y por lo que seguimos su trayectoria personal. Su éxito fue universal y su carisma reconocido como para sentirnos honrados del hecho histórico de poder encontrarnos entre las personas formadas con sus grupos. Su estudio, reflexión y admiración del mismo, nos ha aportado una gran parte de nuestras ideas extraídas desde sus obras y escritos.

Rogers a diferencia de Perls es optimista. La humanidad en su conjunto avanza, aunque lentamente se desarrolla, crece y construye, y en suma se realiza por lo que es digna de confianza. La vida está llena de sentido, es excitante, retadora y está llena de matices. Nada tiene esto que ver con el hombre agresivo, destructivo, hostil y antisocial de Freud. Y por supuesto, su obra poco tiene que ver con el conductismo. Como clínico empezó siendo terapeuta y, en consecuencia, propone una teoría de la personalidad.

Para Rogers había que mirar honestamente los hechos abriendo, a través de su trabajo con la gente la afirmación de la acción, las entrevistas y los grupos, una nueva vía regia en la Psicología Humanista. Conocedor del existencialismo europeo evitó la identificación con escuelas y teorías que hubieran podido hacer peligrar sus exigencias de objetividad. Todo lo que dice lo ha realizado previamente.

La teoría decía "ha de surgir del duro suelo de la experiencia" y va acompañada por la de la propia vida. Es un claro ejemplo del principio de Horacio "si vis me flere, dolendum est primum ipse tibi" (si quieres verme llorar vas a tener que estar tú triste primero). Nadando contracorriente fundamentalmente humanista sus objetivos abarcan la educación, el trabajo social, la enfermería, la política, las organizaciones y un amplio etcétera. De esta idea parte uno de mis proyectos en colaboración con el departamento de Psicología Social de la Universidad de Barcelona en el área temática de Psicología de los Grupos para la realización de un libro en preparación sobre grupos aplicados a distintos campos.

Abandonó la universidad pero nunca, ni el trabajo ni la investigación. Su concepto central es el "sí mismo" y pone énfasis especial en los matices del cambio y la flexibilidad. Su discurso basa la salud y el equilibrio en querer ser lo que realmente se es.

Coincide con Maslow en la autorrealización; con Perls en el desarrollo positivo; y añade que la propia realización está en contacto con los demás, es decir, en la relación social. Desde esta perspectiva el grupo y la pareja, relación social excepcional, son ejemplo de lo que se puede hacer para el desarrollo y crecimiento permanente.

Su terapia es conocida como no directiva o centrada en el cliente. Respeta el sentimiento y la situación real del presente. No interpreta, ni valora, ni enjuicia, ayuda haciéndole ver al cliente lo que vale, lo que puede y lo que hace. La consideración positiva e incondicional del cliente, así como su comprensión empática, hacen de él un original terapeuta. Al organismo, afirma, hay que saber escucharlo, pues la rigidez humana y la ansiedad se producen si el individuo traiciona esta voz y estos sentimientos.

Pasó impulsado por su necesidad de ser eficaz y eficiente a la par de la terapia individual a la terapia grupal. Es mundialmente conocido por los llamados grupos de encuentro o terapia centrada en el grupo.

Empezó en Connecticut en 1946 con un programa de entrenamiento para líderes de la comunidad, convirtiéndose estos grupos en herramientas de trabajo para or-

ganizaciones y colectivos de diversa índole, acaparando el interés mundialmente como hemos dicho antes por ser universalmente conocido, valorado y practicado.

Los grupos de encuentro, se propician un clima de seguridad psicológica, se estimula la expresión de los sentimientos inmediatos, y se da retroalimentación beneficiosa que ha convertido este movimiento en algo apetecible y usado cuanto más que la atmósfera está cargada de estrés y tensión.

Estuvo en dos ocasiones en España. La primera fue en El Escorial (Madrid) y la segunda en Castelldefels (Barcelona). En estas visitas tuvimos la suerte de conocerle personalmente y aprender de su magisterio. Aunque quien ejerció una influencia decisiva en nuestra formación fue Wukmir.

Vladimir Velmar-Jankovic conocido con el pseudónimo V.J. **Wukmir** Galic (1895-1976) era artista y pensador, novelista y ensayista. Tuvimos la suerte de conocerlo y convivir formándonos en su teoría en los últimos años en que aprendimos de su persona con modestia admirada, de su vasto saber y excepcionalidad. En este momento, como en otros muchos con anterioridad, querríamos dar testimonio de un hombre de quien hemos sido y nos sentimos discípulos. A los treinta años de su muerte se le dedicó un homenaje por los conocimientos que impartió en las facultades de Medicina y Psicología de la UB. Sabemos poco de su vida antes de llegar a Barcelona, y no nos atrevíamos a inquirir sobre su intimidad, intuyendo que su silencio se debía no a altivez, sino a compasión hacia nosotros. Hablando de forma esporádica de hechos que vivió la experiencia terrible de cuatro guerras, dos nacionales y dos mundiales, de la última de las cuales escapó ligero de equipaje, herido pero no vencido, a nuestras costas, estableciéndose en Barcelona. Ni perdió la sonrisa ni su agudo sentido del humor, tampoco su fe en la belleza que el hombre puede llegar a alcanzar. Separado de su familia a la que nos consta llevaba en su corazón, se reunía, como apátrida, con sus hijas cuando ello era posible. Su hija Svetlana, periodista y escritora, publicó la novela "Lagum" traducida al castellano en la que narraba su vida antes del exilio. Hombre, privado de vida austera consecuente con su pensamiento humanista, 'nuestro Profesor', todo el mundo lo llamaba así, no buscó ni deseó el reconocimiento más allá del poder idiosincrático. Pacifista a ultranza, estuvo agradecido a nuestro país por brindarle la oportunidad de ser un hombre libre, sin contaminarse de la historia colectiva.

Frente al hombre estratégico y racional propone el hombre emocional e imaginativo, y opone la cooperación frente a la depredación para la supervivencia. Como maestro, introdujo en nuestra historia personal la duda, la curiosidad, la provocación y el diálogo.

Su docencia en las facultades de Psicología y Medicina fue en seminarios gratuitos y libres para quien se comprometiera a asistir. Se centró en la formación de un pequeño equipo durante varios años. En aquel tiempo, mediados de los 60 y principios de los 70, siendo nosotros alumnos descaradamente contestatarios y rebeldes, nos transmitió respeto y admiración hacia las enseñanzas que otros profesores nos impartían en ese momento.

Lejos de tentaciones corporativistas y fundamentalistas a ultranza nos indujo una visión holística en la comprensión del mundo. Consolidó un grupo emergente de discípulos fundando un centro de investigación y consulta que se denominó 'Orexis' como nombre de su propia teoría.

En el prólogo de su primer libro (Wukmir, 1960) el profesor Sarró no se equivocaba cuando dijo que la llegada de este balcánico a nuestras costas en Octubre de 1947, significaba una fecha importante en la Psicología española.

Títulos que atestiguan su pensamiento contemporáneo del Humanismo, escritos en castellano son "Psicología de la Orientación Vital" (1960), "El hombre ante sí mismo" (1964), "Emoción y sufrimiento" (1967), "Ciencia, ídolo o peligro" (1969) contienen una elaboración teórica excepcionalmente precisa en su lenguaje. Agotadas las ediciones, se pueden encontrar los originales gratuitamente en www.biopsychology.org.

Su investigación teórica está abalada por datos extraídos de la bioquímica, citología, y la fisiología, introduciendo su concepto de valoración cogniti- voemocional previo al acto. Este concepto rompe con el esquema behaviorista de su tiempo (Estimulo-Respuesta) e introduce una Valoración entre la llegada del Estimulo y la Respuesta pertinente (E-V-R). La valoración, siendo cognitiva y emocional como proceso, aborda una nueva indicación necesaria y previa al comportamiento, la emoción y la cognición, adelantándose en mucho años al llamado paradigma cognitivista y emocional. Postula categóricamente que no se puede pensar sin sentir, ya que las células necesitan valorar como orientación del comportamiento normal cognitivo y emocional. Se adelanta así a las dos actuales corrientes que tienen más predicamento en la Psicología. Su gran acierto fue afirmar que necesitamos también un papel de distonías como un patior necesario que nos orientan en la supervivencia. Aceptar por tanto cierto grado de soledad, inferioridad, insatisfacción e inseguridad permite que nos desarrollemos y la expresión en actos posteriores. La tesis de Wukmir es optimista y en último extremo realista.

Define cuatro factores copresentes en todo comportamiento (Herencia Filogenética, Ego, Instinto, Circunstancia Social) este último da pie a que desarrolle-

mos como discípulos suyos el grupo como una orientación teórica psicosocial de la misma manera que Lewin pasa de una Psicología intrapersonal a una Psicología aplicada en el ámbito grupal.

En general, los humanistas parten de la persona, del ser humano aunque todos con el anhelo de la optimización del mismo se dan cuenta de la faceta social del hombre en sus relaciones interpersonales. A partir de ahí no sólo se estudia a la persona, sino también al grupo como instrumento de cambio, trasladando sus teorías sobre el individuo al grupo. Haciendo posible el cambio y el desarrollo humano más eficiente y eficaz.

Los autores humanistas se dan cuenta con sus estudios que se pueden producir cambios en el nivel intrapersonal a través de la comunicación intragrupal. Lewin, Rogers… parten de la persona, pues creen en el ser humano. Basándome en estos precedente añadimos el grupo a Wukmir al desarrollar su factor 'Circunstancias sociales', y ampliando este componente. Realizamos los siguientes pasos que justifican esta ampliación del paso del individuo al grupo:

- Su planteamiento holístico y sistémico biopsicosocial se traslada al grupo como sistema.
- La valoración la convertimos en valores, la forma o conseguir la 'más forma' lo convertimos en formación grupal del ser humano.
- La creatividad en el hombre creativo se traslada al grupo en la creatividad y al desarrollo de la misma en el grupo. En resumen, el grupo es un paliativo para las distonías.
- El tonus personal se traslada al tonus grupal promediando los estímulos recibidos en el grupo con el análisis de la actividad grupal (AAG).
- El concepto de valoración cognitivo-emocional se traslada, no solo dando importancia a la emoción si no haciendo un análisis racional de la misma. Pues todos los estímulos pasan por el concepto de valoración. En este sentido, la investigación realizada por Aiger (2014) en su tesis doctoral con grupos experimentales mide los patrones electro dérmicos de la actividad grupal, en el laboratorio de Psicología Social de la UB.

Sin pretensiones de autobiografía no puedo evadir el momento histórico señalando las circunstancias que me tocó vivir con los maestros declarados a sí mismos como Humanistas de los que aprendí. Tal sería el caso de Rogers, Pagés, W. Schulth, De Voss, y por supuesto Wukmir. Los cito por la deuda contraída y agradecimiento hacia sus personas.

2.2. METODOLOGÍAS USUALES EN EL HUMANISMO

Método y metodología aún con la misma raíz como palabras, poseen matices distintos. Método se reserva para la forma de hacer, por ejemplo en la aplicación de una técnica; mientras que la metodología son técnicas utilizadas para la generación del conocimiento basadas en ideas teóricas.

Copérnico violó las razonables ideas del método dialógico de su tiempo respecto a la astronomía y prefirió trabajar sobre las anticuadas ideas tomadas de Pitágoras. Tal postura hizo que las ideas de Galileo parecieran una "locura" cosmológica a la intelectualidad de su tiempo, sustancialmente las mismas que hicieron que el movimiento de la tierra fueran ridículas para Tolomeo.

Lewin escribe un artículo fundamental metodológico comparando en el trabajo el conflicto entre la perspectiva aristotélica y la galileica. La primera caracteriza la utilización de conceptos y la adaptación de un enfoque cuantitativo y estadístico basada en la ocurrencia y frecuencia de los fenómenos. Mientras que la segunda, se caracteriza por la utilización de conceptos dinámicos y un enfoque cualitativo y el empleo de leyes basados en la utilización de conceptos genéricos, lo que hace preconizar a Lewin que se produzca una evolución similar en Psicología a la que ocurrió en otras ciencias.

Usualmente se utilizan tres vías para la investigación en Psicología Humanista: la introspección, a la que son reticentes algunos autores por su carácter subjetivo; el método fenomenológico, consistente en la descripción y análisis de los fenómenos tal como aparecen; y el método experiencial, es decir, utilización de las vivencias de las personas. A esto pueden añadirse otros modos de obtención de datos, por ejemplo, el análisis biográfico o las historias de vida.

Toda manera de buscar certezas puede ser válida si se trata de la opción más adecuada para la naturaleza de la materia estudiada. Así, existen alternativas que siempre igualen o superen el sentido común. Desde el punto de vista de la Psicología Humanista ¿cuál sería el mejor modo de estudiar al hombre como un todo con objetividad, rigurosidad y científicamente?

El sentido común, no sería el abordar el estudio del hombre desde un punto de vista externo sino recurriendo a las descripciones que el sujeto cuenta de si, o si se quiere usando la subjetividad. El problema epistemológico es que los auto-informes son sospechosos y no deben ser considerados científicamente. Si se aceptan, sin embargo, son tan dignos como cualquier otra forma de asignar los datos, o al menos, tan válidos como cualquier otra fuente de obtención de éstos. En el fondo se trata de verificar la experiencia interna. Como tales datos

privados siendo personales se necesita creer en ellos para poder trabajarlos sin tener la evidencia que pueden proporcionar los hechos públicos al poder ser comprobados por todo el mundo aunque no siempre es la mejor de las formas de confirmación y el último análisis será siempre inferir la construcción de los datos privados o experiencias. Si coincidimos en designar por ejemplo, un color como el rojo a varias personas a la vez, se acepta que todos tendrán la misma experiencia y vivencia de tal color, lo cual si se confirma en un experimento, de ninguna manera significa que ello sea una verificación, por más que lo reivindique el positivismo.

La orientación positivista llega con extrema abstracción simplificada de conceptos científicos. Es bien conocido el antagonismo de psicólogos positivistas respecto al psicoanálisis en cuanto al método pues éste último se centra en el estudio hermenéutico de los significados.

Las metodologías humanísticas en general, van en contra del positivismo o método analítico por considerarlo reduccionista y no adecuado para sus objetivos, tal es el caso de la fenomenología, el estructuralismo, el introspeccionismo o la intencionalidad.

El método fenomenológico que como acabamos de decir nació como protesta al reduccionismo su objetivo es volver al estudio de los fenómenos sin adulterar. Fue una oposición radical a los perjuicios subconscientes que guían las creencias cristalizadas apoyadas en la tradición acrítica.

Maslow, formado en el conductismo fue durante muchos años investigador dentro de esa orientación, sin embargo arremete contra ella cuando la evalúa con posterioridad, inclinándose cada vez más a pensar que el modo atomístico puede resultar una psicopatología o un síndrome de inmadurez cognitiva (Maslow, 1973) refiriéndose a que una actitud extremadamente analítica disecciona las partes que la componen. El análisis en último extremo nos lleva al cuento del Elefante.

La idea básica común es la participación en la experiencia y esta idea proviene paradójicamente de Ludwin Feverbach considerado el fundador del materialismo. Su frase más conocida es “el hombre es lo que come” pero en sus principios de la filosofía aborda el hombre como individuo afirmando que su experiencia se halla en la comunidad o en la unión hombre- hombre, diferenciando el ‘yo’ del ‘tu’, idea que da pié a Buber, Moreno o Fromm, todos ellos Humanistas a seguir esta tendencia.

El método analítico del griego "analysi" significa descomponer, disolver y disgregar. Explicar la conducta de sistemas complejos en términos de moléculas, y estos subdividirlos en átomos puede hacer irreconocible al hombre. Metafóricamente explicar un rostro solo en sus partes no nos permite ver la sonrisa en el mismo.

Frente al análisis, puede optarse también por el camino contrario, sintetizar, organizar, componer y estructurar, tal y como hizo en su momento el método estructuralista en el estudio del lenguaje (F. de Saussure) que hasta entonces se había visto en términos analíticos. Charlotte Bühler observó que el hombre se orienta hacia uno o varios objetivos y que cada persona consiste en un proceso que va estructurando en sistemas de valores y que se convierte en núcleo de su vida a través de los grupos que perpetuán dichos valores así como las actitudes y organización de los mismos. De hecho Einstein parece confirmar la afirmación anterior, ya que en repetidas ocasiones dijo que la teoría de la relatividad hubiese podido ser enunciada mucho antes puesto que se conocían sus elementos hacía varios años, lo que él hizo en su genial formulación fue encontrar una nueva manera de clasificar y relacionar lo ya conocido, es decir, tuvo la capacidad de ver las mismas cosas como elementos de una nueva estructura capaz de revelar más verídicamente el universo.

Imaginemos que la Psicología Humanista, el hombre es también un universo, nos inclinaremos por una adecuada estructura del microcosmos humano. '*Maslow y yo,* afirma Rogers (1985), *hablamos en términos muy estrictos, potenciando el punto de vista tradicional. Nos sentimos como David desafiando a Goliat'* (1985, 10). No hay un método mejor que otro. Hay que buscar aquel que mejor se adapte a lo investigado.

Hacia 1890, William James, en su libro 'Principios de la Psicología', hace referencia ya al método de introspección, al análisis de estados mentales y al libre albedrío, que forman parte de la corriente Humanista.

Maslow, Rogers y Wukmir creen en la introspección, es decir, en el análisis con una observación disciplinada de datos y vivencias que pueden descomponerse en acciones sentimientos o imágenes, analizándolos como hizo Tichner especificando sus atributos, calidad, intensidad y extensión. Ciertamente la introspección no está lejos de la observación y de la descripción fenomenológica, de ahí que a veces se identifique aunque entre ambos existan diferencias.

Introspeccionismo	Fenomenología
La vivencia es psíquica, reductible a un número finito de elementos y atributos conscientes.	Va en contra de la vivencia psíquica reductible considerándola un prejuicio por parte de los investigadores.
Se relega o se excluye el significado que para este método incluso puede ser intrascendente.	El significado es tan real y verídico que resulta fundamental y central.

La intencionalidad otorga contenidos significativos Husserl algo más tarde acepta esta línea de pensamiento y afirma que el significado de la consciencia misma sería un moldear y remoldar continuo de nuestro mundo. Donde mejor se ve esta cuestión es en la práctica terapéutica, pues se pone en evidencia el cambio. Lazarus y Mc Cleary (1951) demostraron que existe discriminación perceptiva sin representación consciente, a lo que llamaron subpercepción mediante la cual un sujeto puede efectuar discriminaciones a niveles neurobiológicos inferiores al requerido para una representación consciente. Esto explicaría la percepción subliminar o bien la distorsión de un hecho para aceptarlo conscientemente. Con lo que considera peligroso y hace que se defienda de esta imagen sin que se acceda a la plena consciencia.

En la metodología dialógica, el mismo investigador y el sujeto estudiado entran en un diálogo cooperativo. En dicho diálogo se da y recibe información, de aquí que fuera aceptado para estudiar una acción en continua retroalimentación. La naturaleza del diálogo permite ser enriquecido con otros métodos sobre todo con el llamado método fenomenológico. El método dialógico nos permite desde el punto de vista interpersonal abordar los problemas de índole intragrupal.

Como podemos ver, no es que le falten métodos a la Psicología Humanista. Otra cuestión es que quienes nos dedicamos a los grupos desde cualquier orientación psicológica usemos los métodos adecuados y sistematicemos los resultados. Si bien es verdad que dudas, ambigüedades e incluso fracasos pueden ocurrir haciéndonos desistir de ser perseverantes en el uso de dichas metodologías.

En general, las mismas teorías y los mismos métodos pudieron ser aplicados al grupo considerándolo (al mismo grupo) como instrumento de cambio, puesto que el principal criterio Humanistas es llegar a cuantas más personas puedan lograr un mayor bienestar y desarrollo.

La Psicología Humanista se inscribe en las terapias de grupo, dando lugar a las conocidas terapias para normales o grupos de crecimiento personal.

Nosotros añadimos que para el paso del individuo a persona se necesita el grupo y es en la relación con el otro donde tiene lugar este cambio. Los primates humanos somos sociales por nuestra propia naturaleza y por estrategia adaptativa (Carbonell, 2003, p.36).

2.3. TÉCNICAS GRUPALES

La palabra '**técnica**' proviene del griego 'tekhne' y aparece en Platón con el mismo significado que ciencia con la acepción que sirven para hacer y obrar en la vida alguna cosa con la particularidad de ser una teoría práctica con carácter científico por lo que coincide con episteme o ciencia. Georgias apoya esta idea y contradice que la técnica tiene connotaciones que son sólo a un hacer y que están muy alejadas del pensamiento clásico. De ninguna manera deben, desde este punto de vista, enfrentarse los teóricos y los prácticos, pues esa división no debería existir por más que Platón en el Protágoras oponga la técnica don de Prometeo, a la teoría o don de Zeus. En la actualidad, se han separado ciencia y técnica ponderándose la técnica y su capacidad para valorar al hombre por encima de la dignidad del mismo.

Según Zubiel (1963) la técnica exige no sólo un nuevo saber, si no un saber hacer o saber manejar que esporádicamente se aplica a todas las cosas y nosotros estamos con este pensador. Aristóteles proclama que hay que "saber enseñar" y para esto, hay que 'saber ser'. De aquí provienen los tres pilares en los que se apoya el analista y conductor de grupos para la aplicación de cualquier técnica grupal, pues necesita el saber, saber hacer y saber ser tan importantes en su gestión de los grupos. Las técnicas se vuelven un peligro si se da esta separación radical entre lo humano y lo pragmático, cuestión que observamos en esta sociedad utilitarista, tan proclive justamente a las mismas por atender sólo a su objetivo práctico.

En el supuesto que las técnicas se desgajen y sean ciertos los reproches que se les hacen a las mismas, si estas funcionan como medio para el beneficio de las personas aunarlas al Humanismo es correcto por el objetivo del mismo, pues facilitan el bienestar, no obstante es necesario que vayan unidas a una adecuada teorización. El bienestar también abarca el conjunto de exigencias de las condiciones materiales que nos hacen y permiten ser más humanos, cumpliéndose la aspiración universal para vivir más concorde con una Psicología Humanista.

Podemos considerar las técnicas como un medio que están al servicio del hombre y del grupo, por lo que han de adaptarse a dicho objetivo, y aplicarlas teniendo en cuenta el momento grupal y las necesidades personales en las que se encuentre el grupo. Uno llega a preguntarse cómo las técnicas de las cuales hablaremos, han sido usadas y extraídas de ideas de algunos de los autores Humanistas más representativos. Esto no hubiese sido posible si la Psicología Social no hubiese tomado al grupo como objeto de estudio convirtiéndolo en una gran técnica.

Cuando Lewin ya tiene la idea del grupo como interacción descubre, por serendipity realizando un seminario de formación grupal en Bethel (Estado de Maine) una técnica grupal 'madre' conocida por '**T - Group**'. El objetivo de aquel grupo era la formación de maestros, sacerdotes, políticos, dedicados al manejo y dirección de personas. Los Training Group surgieron a propuesta del National Training Laboratory (NTL), y con la prematura muerte de Lewin, su proyecto se llevó a cabo por sus colaboradores y discípulos en el Massachusetts Institute of Technology (MIT) donde desde entonces se forman líderes de todo tipo.

En ellos el conductor de grupo es un observador e informa del proceso de grupo centrado en el aquí y ahora, y ha dado origen a muchas investigaciones sobre grupos y a otras variantes de aplicación del grupo. Pues bien, desde esa primigenia técnica formativa (Grupo T, T-Group….) el grupo en sí mismo es asumido como un instrumento de cambio. Tal fue el caso de la asunción del llamado 'Psicodrama Triádico' que toma el grupo como base del soporte técnico y aúna para la realización del mismo teorías morenianas, psicoanalíticas y lewinianas influyendo en los grupos ingleses realizados en el Instituto de Tavistock.

Se han llegado a realizar grupos de microexperiencias que son un T-Group de fin de semana o versión abreviada de los que se realizan en Bethel y se establecen como microlaboratorios.

En su origen, técnica **y práctic**a iban unidas. Tanto Lewin como Moreno, a quienes consideramos Humanistas, utilizan sus propias metodologías en los grupos. Lewin a partir del T-Group afirma que no hay nada más práctico que una buena teoría y viceversa, ninguna teoría es posible sin su aplicación práctica. De aquí que el T-G sea conocido con el nombre de Grupo de diagnóstico en Francia. Igualmente Moreno con su Sociometría utiliza gran cantidad de técnicas aún hoy de plena vigencia aunque nos olvidemos de los orígenes de algunas, como por ejemplo del 'role playing'.

Metafóricamente el encuentro del grupo como idea y usarlo como instrumento para la aplicación, sería similar a tener un punto de apoyo (el grupo) que permite a los participantes y técnicos cualquiera que sea la técnica (o palanca) usada para mover a la humanidad hacia el cambio.

Desde el punto de vista grupal, podemos incluir la técnica creada por Rogers '**del grupo centrado en el grupo**' en los llamados grupos de sensibilización, grupos de encuentro, de crecimiento o de autenticidad conocidos generalmente como terapia para normales que cumplen con el objetivo de partir de un hombre sustancialmente sin patología. Las variables que estudia Rogers son las de adaptarse a la continua incertidumbre, adaptación al hacinamiento o el promover la humanización en lugar de la deshumanización (Silva, M., 1996).

Más orientados **aún al concepto actual de técnica estarían los llamados 'Grupos de implantación**'. Suelen incluir tests para medir el cambio de actitudes y se usan para reorganizar la tecnología de producción. Resultan útiles aplicarlos en el cambio organizacional y son más eficaces si los participantes pueden apoyarse mutuamente. Gracias a ellos se han medido variables como:

a) la composición de los miembros que puede ser heterogéneos o homogéneos;

b) la retroalimentación;

c) el liderazgo ocupado por quien tiene que dar recursos para el tipo de tarea más adecuados;

d) el alto grado de autorevelación al principio por parte del líder oficial que lleva el grupo, disminuyendo a medida que avanza el mismo;

e) el tiempo va desde doce horas a cincuenta, y dos horas mínimo en cada sesión;

f) tiene efectos terapéuticos que la educación y el desarrollo se observa;

g) aprender a aprender.

Los llamados **grupos programados** se realizaban con técnicas capaces de generar una dinámica concreta. En sus inicios, los profesionales utilizaban técnicas con los medios al uso del momento: cintas magnetofónicas, cuadernillos de entrenamiento, compact-disc, grabadora, vídeos, pudiéndose considerar como antecedentes de los cibergrupos siendo estos últimos la continuidad de los mismos.

El ordenador como mecanismo de simulación en investigación permite llevar a cabo experimentos con observaciones rigurosamente controladas, y replicar exactamente cualquier hecho realizado, ya sea de carácter visual como auditivo, pensando en áreas como la cognición, atención, lenguaje, memoria, etc. (Palacín, 1998).

Actualmente la tecnología posibilita que dicho encuentro pueda llevarse a cabo con una presencia virtual posibilitando la sincronía mediante las videollamadas o videoconferencias en los cibergrupos (Grupo Máster Alumnos A.C. GG., 2013). Estas metodologías donde se usan técnicas con computadoras irán avanzando en función del avance tecnológico.

Por último mencionamos algún otro tipo de grupos técnicos:

Los **maratones** cuya principal variable está en el tiempo y se hacen para intensificar las experiencias de un grupo. Creado por Stoller (1968) utiliza contactos sin interrupción entre los miembros del grupo, durante un tiempo de 16-24-36 horas. Bajo la hipótesis de la efectividad temporal, es decir, se consiguen mejores resultados usando el mismo tiempo que si se hace o si se reparte en sesiones cortas. Quizá la hipótesis que subyace para la realización de los maratones es que la fatiga favorece la revelación personal de los sentimientos.

Grupos emergentes, de autogestión o grupos de ayuda mutua: son aquellos que se realizan con un solo tipo de miembros, por ejemplo, los alcohólicos anónimos de Synanon. Su característica principal es que obvian el rol del conductor. En la actualidad son muy conocidos los llamados grupos de ayuda mutua.

Grupos creativos: En Esalen (California) los investigadores son psiquiatras de renombrado prestigio que pueden unirse a "legos" sin entrenamiento o escasa formación para llevarlos a cabo. Se acogen a fuentes como el yoga, la danza, el teatro, la caligrafía, la pintura con los dedos, experiencias psicodélicas, hipnotismo, despertar sensorial, flores de Bach, terapia de piedras, meditaciones, todas ellas situaciones sin estructura teórica determinada.

Esta tendencia sin apenas estructura y criterio (teórico o metodológico) ha perjudicado el hacer grupal por dos causas principalmente: la falta de investigación y la escasa preparación técnica de personas que las han aplicado, abriendo las puertas a una legión de advenedizos que se acogieron al paraguas de la Psicología Humanista, cuando esto no tiene nada que ver ni con las Técnicas Creativas (De Prado, 1979), ni con la rigurosidad exigible en un estándar de

aplicación, con investigaciones cuasi-experimentales o experimentales de laboratorio de notable relevancia (González, 1981-2003).

Otros grupos técnicos humanistas: No es este el caso, cuando las técnicas van sustentadas por teorías más o menos desarrolladas y por investigaciones realizadas al respecto. Se desarrollaron otros grupos técnicos como el Psicodrama (Moreno, 1983), la Bioenergía (Pelayo, 2012), la Gestalt (Peñarrubia, 1979) o el Análisis Transaccional (AT) (Massó, 2003), por nombrar sólo alguno de los autores, compañeros y amigos introductores de las diferentes corrientes de Psicología Humanista en España, que han estado ligados a la SEPTG dando lugar con su separación a la creación de distintas sociedades, cuya base es el Humanismo.

El desarrollo del potencial humano, deja abierta la posibilidad de múltiples tendencias que usadas indebidamente y sin la suficiente preparación y conocimiento, sobre todo al ser separadas de sus respectivas teorías, pueden llegar hasta la actual situación atomizada, con lo que la Psicología Humanista se ha convertido en un cajón de sastre en la que todo es posible. Y lo que es peor, si el Humanismo y la Psicología Humanista intentan desmitificar una hipostasia de lo científico, ha resultado en su afán de poner al alcance de cuantas más personas mejor sus conocimientos, un batiburrillo criticable y poco útil. Por ese motivo y por el desconocimiento de lo que realmente es el Humanismo, se ha llegado a la situación actual en la que no se estudia.

3. CAÍDA Y OLVIDO DEL PARADIGMA DE LA PSICOLOGÍA HUMANISTA

No es de extrañar que de alguna manera se haya dado esta situación, ya que la Psicología Humanista en sí misma lleva el germen de ser excluida de cualquier panorama ortodoxo que detente el poder. La Psicología Humanista irrumpe sobre lo tradicional teórica, metodológica e ideológicamente llevando en sí el germen de la oposición a lo institucionalmente establecido. Las verdades defendidas por el Humanismo van en contra de los valores imperantes en un momento dado y entran en colisión.

Desde sus inicios los Humanistas van contra el estamento dominante, en su momento clerical y, muy pronto serán denostados pensadores como Erasmus que se acercan más a un laicismo o Moro o Campanella siendo todos rechazados y tachados de herejes. Del mismo modo ocurre en la ciencia dominante

del Renacimiento, la idea galileica no podía ser aceptada por el determinismo del poder.

Desde su propio nacimiento como se ve, surge la oposición a los ideales humanistas. En el fondo el Humanismo es un realismo para su tiempo del que nacen valores que nos han informado durante muchos siglos. Si esto ya ocurría en su principio, en el devenir del tiempo el Humanismo y por ende la Psicología Humanista ha sido también rechazada.

Uno puede preguntarse en nuestros días ¿cómo una tendencia que nos atañe tan directa y específicamente, tan potente y beneficiosa, pasa al olvido? ¿Cómo se relega e impide su desarrollo? ¿Cuáles podrían ser las posibles causas de tal estado de cosas?

Se ha llegado a la paradoja, que las técnicas se desgajan del saber teórico donde se originaron para la producción del mismo, olvidándose el paradigma que les otorgó carta de naturaleza. Es allí donde reside el modelo de hombre, la direccionalidad y el sentido de quién las ideó por primera vez, y a quien debemos respetar, reconocer y recordar.

Pongamos por caso la técnica moreniana de "role playing" que actualmente incluso se usa a título de juegos sociales de salón (imitación de Napoleón, de una folklórica…). La técnica del role playing se lleva a cabo también tanto aplicada en enseñanzas artísticas, preparación para actores teatrales (Stanislavski) como en organizaciones para realizar la selección de personal a un determinado cargo en una empresa. A cuyo candidato se propone que realice o analice el rol para el cargo que opta (director, secretario…) en una situación determinada. Sin contar con que todo el mundo hace role playing ante situaciones comprometidas a realizar, por ejemplo en la exposición de un trabajo, se ensaya previamente realizando un role playing para adquirir un entrenamiento y paliar defectos si los hubiera.

Incluso los niños aprovechan la cualidad de imitación para expresarse representando roles de adultos, de animales…, mediante el uso del juego simbólico ¿Quién se acuerda entonces de Moreno y de porqué el 'role playing' fue creada como técnica grupal? Aún hay más, en medios académicos, se utiliza y enseña el role playing como técnica metodológica aislada de la teoría. Pues bien, Moreno era Humanista como ya hemos visto, y como tal, podemos considerar que en la invención de todas sus técnicas aprovechaba el potencial creativo y de desarrollo humano capaz de generar cambios positivos con el uso de las mismas y valiéndose de su teoría.

Tal es el caso de las técnicas sociométricas, sociodramáticas, y psicodramáticas que se emplean siempre en grupos. Moreno, como genio creativo, se dio cuenta que se podía llegar a usar mal la sociometría, por ejemplo con una "Cold Sociometry" en la que su aplicación puede resultar incorrecta y abusiva como tal técnica sociométrica. Frente a su propuesta de "Hot Sociometry" con su adecuada aplicación, en las que se puede ver con la ayuda de un cuestionario cómo un grupo indica cuales son las personas a las que elige o rechaza para realizar una tarea determinada o bien, simplemente elige o rechaza como simples compañeros por afinidad. La encuesta sociométrica como sabemos está basada en que los seres humanos interaccionan entre sí mediante tres tipos de relación posible: la simpatía, la antipatía o la indiferencia.

Cuando se usan en grupos consolidados y con un fin concreto, la aplicación del Test Sociométrico permite describir la estructura interpersonal de los grupos. Las configuraciones de esos lazos o 'teles' explican algunos de los fenómenos grupales (díadas, subgrupos…), mostrándonos aspectos socioafectivos de los integrantes del mismo o de grupos entre sí. Y atención, porque esta idea no es ajena a la idea de proximidad social utilizada por Bogardus en 1925 y Sorokin en 1927 (véase Orientación Sociométrica en González, 1996, pág. 41-50).

3.1. POSIBLES CAUSAS

Al Humanismo como idea, se le soslaya desde hace algún tiempo y, a la Psicología Humanista como teoría, se la reduce al ostracismo sin llegar a tener predicamento por varias causas, de las que señalamos dos.

Por un lado, se achaca a la Psicología Humanista la falta de métodos, aunque como hemos visto existen. En el mundo académico, donde la metodología es la piedra de toque para falsar las teorías, los métodos del Humanismo no se ha considerado potentes. Otra cosa es que se hayan logrado resultados apetecibles. Y lo que es peor que quienes nos dedicamos al Humanismo y a los grupos, quizás no hemos sido constantes, en general, a la investigación perseverando tanto en la vertiente teórica como aplicada para el avance de la misma.

Por otro lado, los valores que defiende el Humanismo promueven una sociedad más creativa y crítica, el desarrollo de individuos, organizaciones y grupos, yendo en contra de los intereses del poder institucional. Si ya con el surgimiento del Humanismo está el germen de erradicarlo imaginamos que con el paso de los años no va a ser distinto. El poder eclesiástico lo ha tomado el poder tecnocrático y económico, por lo que sigue sin permitirse el ideal del hombre libre por

más que lo proclamemos. Y el ideal democrático tan propugnado y necesario para los grupos, es usurpado y a veces secuestrado, por grupos de autócratas.

La propuesta social imperante es una sutil deshumanización pero el Pensamiento y la Psicología Humanista permanecen a pesar de que se pretenda ignorarlos haciéndose más necesarios y actuales que nunca. Las ideas y valores Humanistas son tan potentes que a pesar de todo continúan latentes aunque soterradas. Parece como si el hecho de no enseñarlas ni estudiarlas explícitamente en el mundo académico las hiciera inexistentes. Tal es el caso de las técnicas grupales, que al desgajarse de las ideas que las sostienen y de sus creadores Humanistas, se aplican escotonomizándo su procedencia, incluso cuando ayudan a otras nuevas técnicas soterradamente sirviéndoles de soporte.

3.2. REFUGIO DEL HUMANISMO EN LAS TÉCNICAS GRUPALES

La Psicología de los Grupos en su vertiente aplicada abarcó diferentes ámbitos y dominios donde la enfermedad crónica y mental, la rehabilitación funcional, las dependencias adictivas, la selección y orientación… o el ejército, la justicia y la educación se beneficiaron.

Cada vez, son más amplios los campos sociales o individuales a los que se aplican las técnicas grupales. "*Los ámbitos de aplicación más clásicos son: la formación, la organización y la terapéutica respondiendo a objetivos de educación, estructuración-producción y cambio personal. Pero cada vez más se amplían y desarrollan los campos de aplicación, hoy día,* múltiples y variados. Cubren todas las instancias de actividad social: institucional, escolar, atención sanitaria, bienestar social, problemas sociales, ecologismo y un largo etcétera donde *se plantea la actividad grupal como elemento específico de influencia*" (pp.167 González M.P., 1997) desde un punto de vista técnico.

Por no decir, como afirmábamos al principio, que forman parte de la cultura en su más amplio término. Así no existe programa televisivo o radiofónico en los que no se usen los grupos de discusión o mesas redondas tan comunes en los medios públicos masivos (televisión, radio o internet) utilizándolos como grupos técnicos. Y si a mi pequeña historia me refiero, recuerdo el caso de los primeros grupos televisivos dirigidos por Balbin como presentador de "La clave". Se trataba de un programa de temática cinematográfica, en el cual previa a la toma televisiva de la edición en directo se realizaba un grupo de entrenamiento (T-Group) con los miembros que iban a discutir posteriormente ante las cámaras sobre la película proyectada. No vale la pena compararlos con el actual guirigay salvaje de tertulianos en cualquiera de sus versiones (se quitan la palabra, insultan, gritan).

Y, por supuesto, no tiene nada que ver los pretendidos grupos como experimentos sociológicos del 'Gran Hermano', con el uso del grupo con técnicos adecuados como en el honroso caso de aplicación grupal al concurso televisivo "Operación Triunfo" facilitado por la Dra. María Palacín. Grupo de apoyo que se realizaba independientemente de lo que aparecía en el programa haciendo uso de técnicas grupales para generar determinados valores humanistas entre los participantes. Lo que demuestra que una buena divulgación no es igual a una vulgarización usada en cualquier programa "basura" de la actualidad.

A pesar de todas sus sombras, debemos estar agradecidos a que es precisamente en las técnicas y en la aplicación de las mismas, donde se han podido resguardar los valores humanistas. Será cuestión de que este rescoldo inicie de nuevo la hoguera. Cualquier persona que se haya dedicado a los grupos, sin dudar, tiene la intención de ayudar al hombre contribuyendo en el desarrollo del progreso humano. Si ha sido consciente siempre habrá actuado técnicamente bajo el imperativo de promover actos creativos en los grupos. Aún más, creo que implicándonos técnicamente es como se puede, desde nuestro rol de psicólogos sociales o técnicos de grupos, poner en marcha actitudes y valores humanistas que nos animen a salir de las crisis.

3.3. PARA SEGUIR REFLEXIONANDO

Fue un buen legado el triunfo del Humanismo renacentista que nos dejó un modo de pensar el hombre que perdura a través de los siglos aunque no exento de problemas. Independientemente, andando el tiempo, en sucesivos desarrollos de la ciencia y la técnica, nos llevaron al individualismo feroz y a una prepotencia híbrica, al deshumanizarnos. Perdiendo el ideal y los valores del desarrollo y bienestar del hombre, la ciencia y la técnica contribuyen más a su aniquilación que a su progreso. Nietzsche, F., al hablar del superhombre o de la muerte de Dios ya advierte del peligro de erigir en su lugar la ciencia y la técnica, como nuevos ídolos (Wukmir, 1969).

Si el Humanismo tiene razón de existir es porque ha de ser transversal e impregnar cualquier aspecto del progreso humano.

Gracias a las ideas propugnadas por la Psicología Humanista hemos conseguido, entre otras posibles:

1) Considerar en la ciencia al hombre como un todo.
2) Armonizar en la metodología al hombre sin cosificarlo.

3) Integrar las técnicas corporales, pues forman parte en la recuperación del bienestar.
4) Valorar el cambio como posible y válido en lo creativo.
5) Dar significado al discurso, tan importante en la comunicación.
6) Colaboración entre diferentes métodos.
7) Integrar varios niveles de análisis metodológicos.
8) Considerar 'el otro' como ser social o psicológico en el sistema.
9) Ampliar los ámbitos y áreas de aplicación.
10) Considerar al hombre como "normal" y orientado hacia su realización.
11) Integrar el pensamiento Oriental y el Occidental.
12) Dar valor al estudio de los grupos.
13) Incluir lo transpersonal.
14) Orientar al aquí y ahora más que hacia el pasado o el futuro.
15) Subrayar el optimismo en el hombre.
16) Revalorizar las emociones.
17) Dar protagonismo a la dimensión axiológica.
18) Valorar el esfuerzo.
19) Democratizar la aplicación de la Psicología.
20) Estudiar el bienestar y la felicidad.

De seguir reflexionando, pocos objetivos realmente humanos y progresistas caerán fuera del Humanismo y de la aplicación de las técnicas grupales. Si por el hecho de ser técnico o de aplicar una de ellas, encuentras que encajas en alguno de estos puntos, no dudes que estás en la línea propuesta por los psicólogos humanistas.

Por mucho que nos empeñemos en ignorarlo, por más que los poderes fácticos nos lo impidan, el Humanismo es beligerante y resurgirá. Con lo que se impone pensar que es posible que surja un nuevo Renacimiento. Los síntomas para hacer dicha afirmación son evidentes estableciendo determinados paralelismos entre el Humanismo renacentista y la situación actual:

- La imprenta permite la extensión del saber e Internet lo universaliza, ganando en tiempo y espacio, incluso virtual, en la obtención y divulgación de información.

- La conquista y el descubrimiento de nuevas tierras del Renacimiento, ahora nos lleva al descubrimiento y conquista del universo.
- La genialidad científica y artística renacentista cuenta en la actualidad con un crecimiento exponencial en calidad y cantidad de creadores.
- Al progreso técnico y económico de su momento, se le aúna hoy el valor añadido de la innovación creadora convertida en su motor.
- La equiparación entre el progreso técnico y económico de su momento se convertiría hoy en la conservación sostenible de lo conseguido, a través de la ciencia y de la técnica.

A cualquier problema, por muy actual que lo pensemos, su posible remedio cae dentro de los parámetros humanistas: la ecología, la apuesta por la diversidad cultural, la tolerancia, el equiparamiento por conseguir la igualdad de género, etcétera.

Ir a las fuentes del Humanismo teórico, estudiar sus autores, sus principios, sus valores y su filosofía será una apuesta siempre actualizada si **creemos** en el desarrollo y bienestar del hombre y la humanidad en su conjunto, y no es necesariamente una utopía, o si se quiere es una utopía necesaria, porque el Humanismo no es ninguna ideología es un movimiento transversal que informa para tomar el camino adecuado en lo humano.

BIBLIOGRAFÍA

Aiger, M., Palacín, M., Cornejo, J.M. (2013). La señal electrodérmica mediante Sociograph: metodología para medir la actividad grupal. *Revista de Psicología Social,* (28 (3), pp.333-347).

Aiger, M., (2013). *Patrones electrodérmicos de la actividad grupal.* (Tesis doctoral) Departamento de Psicología Social. Universidad de Barcelona.

Allport, G. (1966). *La personalidad. Su configuración y desarrollo*.. Barcelona: Herder. (p.428)

Ayestarán, S., Arrospide, J.J., Martínez-Taboada, C. (1992). Nuevas técnicas en el estudio de grupos. En Clemente, M. (Coord.), *Psicología Social. Métodos y técnicas de investigación*. Madrid: Eudema. (pp. 366-389).

Blanco, F., (Ed.) (1997). *Historia de la Psicología española*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Brentano, F., (1924). *Psychologie vom Empirischen Standpunkt*. Hamburgo: Felix Meiner., 1973.

Bugental, J.F.T. (1964). The third force in Psychology. *Journal of Humanistic Psychcology*, (4, 1, pp.19-25).

Carpintero, H., (1996). *Historia de las Ideas Psicológicas*. Madrid: Pirámide.

Cornejo, J.M. (1988).*Técnicas de investigación social*. Barcelona: PPU.

Cornejo, J.M. (1997). Metodología de la investigación grupal. En González, M.P. (Ed.), *Psicología de los grupos: teorías y aplicación* (pp.45-102). Madrid: Síntesis.

De Prado, D. (1979). Integración mental y psicología humanística. En J.M. Sánchez-Rivera y M. Sánchez (Coord.). *El potencial mental y humano de la imaginación creadora*. Madrid: Marova. (pp. 63-112).

Durdand-Dassier, J. (1973). *Groupes de rencontré: maratón*. Paris: Epi.

González, M.P. (1981). Psicología de la creatividad. Aproximación teórica. En *Creatividad y educación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

González, M.P. (1986). *La educación en la creatividad: técnicas creativas y cambio de actitud en el profesorado*. (Tesis doctoral) Departamento de Psicología Social. Universidad de Barcelona, www.biopsychology.org

González, M.P., Vendrell E. et al (1996). Orientación sociométrica. En M.P. González y E. Vendrell (Directores) *El grupo de experiencia como instrumento de formación: Manual didáctico para monitores de grupo*. Barcelona: E.U.B. (pp.15-68).

González, M.P. (1997). *Orientaciones teóricas fundamentales en Psicología de los Grupos.* Barcelona: EUB

González, M.P. (1997). *Psicología de los grupos: teoría y aplicación*. Madrid: Ed. Síntesis.

González, M.P. (2003). Grupos creativos y cambio: un estudio de caso. *Málaga. VIII Congreso Nacional Psicología Social.*

González, M.P., Domínguez, S., (2013). El Humanismo: movimiento necesario en la articulación de la Psicología de los Grupos. *SEPTG Boletín 31, XL Symposium.*

González, M.P. (2014). Del miedo a cooperar a la acción del cuidado. *SEPTG XLI Symposium.*

Grupo Máster A.C.GG. (2013). Los jueves, grupo: una experiencia en cibergrupos de apoyo. Sevilla. *I Congreso Internacional de Infoxicación.*

Ibáñez-Martín, J. (1977). *Hacia una formación humanística: Objetivos de la educación en la sociedad científico-técnica*. Barcelona: Herder.

Lazarus, R. y McCleary, R. (1951). Autonomic discrimination without awareness: a study of subception. *Psychological Review*, (58, pp. 113-122).

Martín, A. (1988). *Psicología Humanística, animación sociocultural y problemas sociales.* Madrid: Ed. Popular.

Maslow, A. (1966). *The psychology of science*. New York: Harper.

Maslow, A. (1973). *El hombre auto-realizado*. Barcelona: Kairós.

Massó, F. (2003). *Los pilares del poder humano*. Madrid: Eneida.

Moreno, J.L. (1983). *Psicoterapia de grupo y psicodrama: una introducción a la teoría y la praxis*. México: Fondo de cultura económica.

Palacín, M. (1998). *La competición entre grupos de género: identidad, género y contexto grupal.* (Tesis doctoral) Departamento de Psicología Social. Universidad de Barcelona.

Palacín, M., Aiger, M. (2011). *El grupo familiar ante la enfermedad y el desarrollo del afecto grupal.* Barcelona: Milenio.

Pelayo, L. (2012). Lógica del cuerpo y lógica racional. *http://xurl.es/1yya9*

Peñarrubia, F. (1979). La terapia Gestalt. En Avillar, J. et al. (Ed.): *Psicología Dinámica Grupal*. Madrid: Ed. Fundamentos.

Perls, F.S. (1967). Group vs. individual therapy. *ETC*, (24, pp. 303-312).

Rogers, C.R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.,1966.

Rogers, C.R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client-centered framework. En S. Koch (Ed.) *Psychology: A study of a science*. McGraw-Hill. (vol. 3, pp. 185-256).

Rogers, C.R. (1968). Interpersonal relations in the year 2000. *Journal of Applied Behavioral Science,* (4,3, pp.265-280).

Rogers, C.R. (1974). In retrospect forty-six years. *American Psychologist*, (29,2, pp.115-123).

Rogers, C.R. (1978). *Grupos de encuentro*. Bueno Aires: Amorrortu.

Rogers, C.R. (1980). *A way of being*. Boston: Houghton Mifflin.

Rogers, C.A. (1980). *El poder de la persona*. México: El Manual Moderno.

Sánchez, J.C. (2002). *Psicología de los Grupos: teorías, procesos y aplicaciones*. Madrid: McGrawHill.

Silva, M. et al (1996). Orientación rogeriana En M.P. González y E. Vendrell (Directores) *El grupo de experiencia como instrumento de formación: Manual didáctico para monitores de grupo*. Barcelona: E.U.B. (pp.109-162).

Simarro, L. (1898). Enfermedades del sistema nervioso, en *Vademecum clínico-terapéutico*. Madrid, Romo y Fussel, (pp. 465-475).

Tajfel, H. (1984). *Grupos humanos y categorías sociales*. Barcelona: Herder.

Velmar-Jankovíc, S. (1997). *En tinieblas*. Barcelona: Ed. Andres Bello.

Vendrell, E. et al (1996). Orientación lewiniana En M.P. González y E. Vendrell (Directores) *El grupo de experiencia como instrumento de formación: Manual didáctico para monitores de grupo*. Barcelona: E.U.B. (pp. 69-108).

Villegas, M. (1982). Orígenes y fundamentos de la Psicología Humanista. *Revista de*

Psiquiatría y Psicología Humanista, (1, pp.115-120).

Wukmir, V.J. (1960). Psicología de la orientación vital. Barcelona: Ed. Luis Miracle.

Wukmir, V.J. (1964). El hombre ante sí mismo. Barcelona: Ed. Luis Miracle.

Wukmir, V.J. (1967). *Emoción y sufrimiento*. Barcelona: Ed. Labor.

Wukmir, V.J. (1969). *Ciencia, ídolo o peligro*. Cuadernos de la UNESCO.

VULNERABILIDAD Y RESILIENCIA: MEDIOS Y MIEDOS

MERCEDES HIDALGO REBOLLO
BEATRIZ MIRALLES CORREDOR

RESUMEN

Este artículo es una reflexión sobre los peligros de trabajar la resiliencia sólo en el campo individual, extrayéndola de la incidencia y responsabilidad social, sobre todo por parte de los gobiernos. Nuestra aportación pretende especialmente recoger la sabiduría de las culturas antiguas transmitidas a las nuevas generaciones para que colectivamente puedan contener tanto el dolor como transformar grupalmente las causas del mismo.

Palabras clave: resiliencia individual, resiliencia comunitaria, resiliencia transcultural , símbolos y narraciones en la terapia.

VULNERABILITY AND RESILIENCE: MEANS AND FEARS

ABSTRACT

This article is a reflection on the dangers of working in resilience only individual field, extracting the incidence and social responsibility, especially by governments. Our contribution aims to collect especially the wisdom of ancient cultures transmitted to new generations, so that collectively they can contain both pain and in groups transform causes.

Keywords: individual resilience, community resilience, transcultural resilience, symbols and narratives in therapy.

Mercedes Hidalgo Rebollo. Licenciada en Psicología. Terapeuta de Grupos con técnicas corporales y plásticas. Miembro de la S:E:P:T:G: (Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo). Trabaja en Planes Comunitarios de Barcelona(España) y en comunicación y relación entre grupos interétnicos en una comunidad africana, utilizando como mediadora la pintura.

Beatriz Miralles Corredor es Licenciada en Psicología y en Antropología Social y Cultural. Miembro de la S.E.P.T.G. Trabaja en Valencia como psicóloga y Terapeuta de Grupos con Técnicas de Psicodrama y en un Espacio Intercultural con grupos de otras culturas.gusiwa@hotmail.com

Puerta de los Vientos en Marruecos

Pensábamos como un conjunto de letras consonantes m- d- s y vocales e-i-o combinadas de formas distintas pueden dar lugar a palabras tan diferentes como "miedos" y "medios" con sentidos muy diferentes.

A veces el propio miedo es al mismo tiempo una emoción que puede paralizarnos o llevarnos a actuar de diversas formas, intentando negarlo, escapando de la situación o actuando para resolverla de alguna manera. También podemos actuar atacando con violencia cuando no vemos escapatoria**;** la violencia puede ser producto del miedo, y otras el miedo es producto de la violencia, incluso ambas a la vez.

Las "ecuaciones humanas" son sumamente complejas. Consideramos que cualquier terapia psicológica debiera dirigirse sobre una reconstrucción de sentido, eso que llamamos elaboración de las emociones o sentimientos, de modo que nos permita proseguir con nuestras vidas y para ello**,** creemos que las metáforas y los símbolos en general son importantes recursos. Los relatos, los cuentos, las historias y las representaciones han acompañado a hombres y mujeres a lo largo de toda nuestra existencia como humanos, al igual que la

danza, la música y la magia en sus múltiples formas están presentes en todas las civilizaciones aunque tomen aspectos muy diferentes.

Las necesitamos no sólo para poder abordar y dar sentido a las experiencias humanas, sino también para poder generar nuevas respuestas con que poder manejarnos en aquellos aspectos más enigmáticos y difíciles de nuestra existencia, manejarnos con las pulsiones eróticas y tanáticas que se ensartan como "cuencas" de un mismo" abalorio humano" y que todos llevamos" colgados al cuello", aunque sea de manera invisible. Lo consciente y lo inconsciente, lo racional o lo irracional, lo visible y lo invisible. Todo ello convive a un mismo tiempo en las experiencias humanas, como la unión de los opuestos, o el ying y el yang de las filosofías orientales

Como símbolo de lo anteriormente dicho, referimos lo que en la Revista L'Interrogant nos relatan: "Durante la segunda Guerra Mundial la Sociedad Psicoanalítica de Londres realiza sus debates teóricos, las llamadas controversias, sin interrupción durante los bombardeos alemanes, muchas veces sin bajar a los refugios. Hay en esta actitud quizá una enseñanza, una respuesta, en medio de la destrucción, que atendía en profundidad a lo que estaba pasando. Melaine Klein defendió uno de los conceptos fundamentales del psicoanálisis: la pulsión de muerte presente desde el principio mismo de la vida" (1).

Desde luego "los náufragos "saben del valor de la orilla y del poder emergente del agua y de los vientos**,** como lo saben las aguas turbulentas de la Isla de Lampedusa.

Así la vida con todos sus enigmas, se presenta de vez en cuando envestida de miedos, de misterios, de angustia.

Una fábula de Esopo cuenta que habiendo naufragado un hombre y estando ya en la orilla a salvo arremete encolerizado contra la mar y ésta le contesta diciendo:" no me culpes a mí sino a los vientos, porque yo soy por naturaleza tal y como ahora me ves, mientras que los vientos al caer sobre mí, me revuelven en olas y me hacen feroz".

No sé si será por los vientos que mueven las olas y las precipitan, quizás; pero la mar, como principio de vida, se precipita enigmática. Ya el agua que nos sostiene en el vientre materno, guarda un extraño equilibrio con la vida, a veces nos ayuda a vivir, y otras nos invade y amenaza con hacernos perecer.

Esta tensión entre "vida y muerte", entre "amor y odio" conecta con los aspectos contradictorios que nos han depositado desde nuestra infancia A muchos nos resuena los soniquetes educacionales de "¡tú que te has pensado!, ante el

menor intento de aportar algo a los mayores, "pareces tonto" que se insertaron en nuestras venas y corazones durante nuestra infancia y adolescencia. Ello nos hizo reaccionar con fuerza para echar abajo las mordazas políticas y sociales, permitiendo que una tromba de aguas estancadas se esparciera y se expresara en multitud de formas nuevas de vida.

Mas a su vez, a nivel educacional, dentro de la familia pasamos a valorar de los hijos pequeños los más mínimos detalles y actuaciones. "Tú realizarás todo lo que yo no he conseguido, realizarás mis fantasías, y taparás mis frustraciones; tendrás todo lo que a mí y a mis padres les faltó" Hicimos desaparecer los límites, nos ponían en contacto con nuestra castración. Ante los adolescentes y jóvenes permitimos que buscaran sus caminos, con frecuencia sin barandillas donde asirse, ni soportes que acompañaran. Paralelamente fuimos construyendo una sociedad en la que el prestigio se alzaba como bandera de reconocimiento de nuestro triunfo.

A nuestro/as hijo/as mimado/as y sin límites, les lanzamos a una carrera llena de obstáculos, cada vez más difíciles y más altos. No hay metas, sólo los aplausos y el tan deseado reconocimiento social. No importa cómo te sientas internamente y si vas dejando tu camino muy atrás, ni si te extenúas con un ritmo que no es tuyo, ni si a cada paso que das vas sintiendo más tu vacío. ¡Da igual! no te dejarán escucharlo, entrar en contacto es hallar tus debilidades. A tu alrededor hay un raudal de sonidos e imágenes resplandecientes que arrastrarán tu atención.

"¡Pobre de ti, que no estés a la altura!" No importan las causas ni las razones. Aunque sientas hablar de inclusión de las diferencias, por las que nos hemos esforzado en poner nuestro grano de arena, no se han hecho realidad. Siempre serás ciudadano de 2º o de 3ª categoría. Sólo son importantes los superhéroes .

Si permanecemos en esta mirada , qué difícil nos resulta hallar los factores de protección de los que nos habla Galeano (2). Describe como Factores Protectores

> 1) dentro de la familia, la presencia de apoyo incondicional por al menos una persona competente y emocionalmente estable, creencias religiosas que promuevan la unidad familiar – nosotras diríamos valores que promuevan y sostengan los vínculos afectivos - y la búsqueda de significados compartidos en los tiempos difíciles.
>
> 2) dentro del ámbito comunitario, la presencia de pares y personas mayores que brinden la posibilidad de transiciones positivas en la vida,

participación activa en una comunidad religiosa – para nosotras sería lo equivalente a sentirse miembro activo en un grupo.

Aprender a vivir a pesar de los vientos desfavorables es un reto que se nos impone en muchas ocasiones. Adentrarnos a mirar por otros calidoscopios, maravillándonos de la multiplicidad de uniones que crean variedad de formas preciosas, tanto en nuestro interior como en lo que nos rodea. A sentir y expresar, buscando resonancias, apoyos, miradas que nos acompañen a ver, también, lo que de mí huyo, lo que me infla y me saca de mis raíces. Si dejamos espacios vacíos donde acunar las pequeñas gotas del elixir de vida que nos llenen de historias significantes de mí y de nuestra realidad, que generen ilusiones, deseos para crear, y poder afrontar la vida de otra manera.

Vida que vamos construyendo y dotando de sentido en el entorno de unos grupos y una comunidad humana. El nuevo concepto de resiliencia, nuevo como significante, pero muy antiguo como conjunto de significados, tan antiguos como la propia humanidad, está impregnado de los saberes ancestrales de las distintas culturas humanas. **S**in ellos los humanos hubiéramos perecido como especie hace miles de años.

Cuando Cyrulnik (3) habla de lo significativo del relato como "antiniebla" en una labor de atribución de sentido para la situación traumática vivida y el papel insustituible de la persona que "escucha", como apoyo afectivo que permite sostener el relato y situarlo en el tiempo, señala con gran acierto, la importancia de los "otros" en el proceso de resignificar la propia vida y sostenernos en el dolor que comporta, permitiéndonos colocar los acontecimientos en una esfera exterior a nosotros, pero que al mismo tiempo nos implica emocionalmente.

Este recurso, lejos de ser nuevo en nuestra historia humana, es algo tan antiguo como la propia invención del lenguaje , que anuda y sostiene el desarrollo del pensamiento humano y su capacidad de ligarlo a las emociones actuales y a la memoria más remota.

Sobonfu Somé (4) describe las experiencias vividas en su comunidad y luego en Estados unidos**.** Nos ofrece un relato apasionante de cómo una comunidad humana con sus ritos y costumbres ancestrales han dado respuesta al dolor y al sufrimiento humano:

"Para mi pueblo, los Dagaras de Burkina Faso, creemos que en la vida es necesario llorar. Cuando lloro estoy rodeada de familia que me acompaña y puedo llorar tanto como quiero. Experimentamos conflictos, hay seres queridos que mueren o sufren, tenemos sueños que nunca llegan a concretarse, surgen en-

fermedades, se rompen relaciones y hay desastres naturales inesperados. ¡Es tan importante tener formas de liberar esos dolores para mantener nuestro equilibrio! Dejar de lado el dolor antiguo solo hace que crezca hasta que ahoga nuestra creatividad, nuestra alegría y nuestra capacidad de conectar con los demás. A menudo mi comunidad utiliza rituales de duelo para sanar las heridas y nos abre a la llamada del espíritu..."

Cuando Erich Groterg (5) describe la resiliencia como forma de hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y salir fortalecido o incluso trasformado y habla de factores de resiliencia importantes para trasmitir a los niño, subraya la creatividad, la independencia, introspección, iniciativa ,capacidad de relacionarse, humor , moralidad, capacidad de pensamiento crítico**,** como aspectos sumamente valiosos para generar resiliencia.

Seguramente los habitantes de África del Oeste, al igual que otros muchos habitantes de innumerables culturas que pueblan nuestra tierra, no conocían estos estudios hace ya mucho tiempo, cuando crearon y trasmitieron sus narraciones y cuentos pacientemente de generación en generación, en los que recogían la sabiduría de sus pueblos; pero nos sorprenderíamos de descubrir en muchos de ellos aspectos aquí señalados.

Kirikú es un personaje muy popular de las tradiciones orales de pueblos de África del Oeste que fue recogido y adaptado a los dibujos animados con bastante acierto en una preciosa historia que relata sus aventuras y que nos ofrece un relato profundo y lleno de significados para los grandes dilemas humanos. (6)

Dice Kirikú: "Madre. ¡¡¡Dame a luz¡¡¡ Y la madre le contesta : un niño que habla solo en el vientre de su madre se da a luz solo...Me llamo Kirikú, dice nada más nacer. Madre lávame¡¡¡. Y la madre contesta: un niño que se da a luz solo, se lava solo...Mientras el niño se lava riendo la madre le dice: ¡No malgastes el

agua!, la Bruja Carabá ha secado nuestro manantial...Luego pregunta Kirikú ¿Madre, dónde está padre? Ella contesta: Se fue a luchar contra la bruja Carabá y ella se lo comió. ,¿ Donde están los hermanos de mi padre? Se fueron a luchar contra la bruja Carabá y ella se los comió, contesta la madre..."

Así comienza este curioso relato que narra una compleja historia de vulnerabilidad y superación antes las múltiples adversidades de la vida, y que nos ofrece enseñanzas morales y análisis sobre la naturaleza humana sumamente interesantes.

Así pues, ¿Qué tiene de nuevo la Resiliencia? Seguramente nada, más allá de la novedad de su significante tomado del campo de la física, como concepto que intenta recoger determinados aspectos de la subjetividad humana. Si bien nos sugiere aspectos sumamente valiosos que "rescatar" y "actualizar" para nuestro momento presente, queremos subrayar la importancia de adoptar una revisión crítica del concepto, atendiendo a sus dimensiones subjetivas individuales y colectivas. El contexto social en el que se propone y desarrolla cualquier concepto o teoría científica, ofrece una perspectiva necesariamente sesgada por los constructos y referentes sociales y culturales en los que se desarrolla.

Si bien el concepto de resiliencia parece un enfoque "prometedor" en cuanto a que ofrece un marco de referencia para la esperanza humana, conviene estar atentos a los deslizamientos ideológicos que puede comportar el subrayar determinadas características ensombreciendo otras, como reflejo de dos corrientes que fluyen entre las dos orillas de pensamiento social actual y que ponen su acento en la centralidad de lo individual o de lo comunitario. El centramiento en los aspectos y capacidades individuales de la resiliencia, si bien puede ser interesante, en el sentido de subrayar las responsabilidad de los sujetos en sus propias vidas, no debe obviar en ningún caso los aspectos de responsabilidad social , y el papel de las instituciones sociales y las políticas económicas como generadoras y mantenedoras de las desigualdades sociales y de los factores de resiliencia y vulnerabilidad social(7).

Una mirada crítica sobre los usos del concepto es sumamente necesaria, para evitar derivas ideológicas hacia planteamientos muy similares al darwinismo social (la supervivencia de los más aptos) en versión moderna, más o menos maquillada de "cientificismo" para justificar las políticas sociales que acompañan la actual ideología neoliberal. (8)

Seguramente de ambas habría aspectos importantes a rescatar, y turbulencias y corrientes subterráneas que habría que tener en cuenta.

Desde las versiones que subrayan más los aspectos individuales (Grotberg,-Cyrulnik) hasta el concepto de Resiliencia Comunitaria desarrollado en Latinoamérica dentro del marco de la psicología social comunitaria y recogido por E.Néstor Suárez Ojeda(9).

Se refieren al concepto de Resiliencia comunitaria como el efecto movilizador y las capacidades solidarias que permiten reparar los daños y seguir adelante ante un desastre comunitario y que implican el sentimiento de autoestima colectiva, la identidad cultural y sentimiento de pertenencia a una comunidad, el humor social , y la solidaridad ;y como contrapartida a la corrupción que desgasta los vínculos sociales, la honestidad fruto de un lazo social sólido y destaca los valores colectivos como prioritarios en la vida de los grupos humanos.

Quizás podríamos proponer aquí otro tercer aspecto del concepto al que podríamos denominar Resiliencia Transcultural, para hacer referencia a los capacidades psicosociales y valores culturales que las diversas culturas aportan y trasmiten a los seres humanos de generación en generación, para poder enfrentarnos, sobreponernos, aprender y madurar ante las adversidades de la vida, como un gran saber que es constantemente trasformado, enriquecido y actualizado con las distintas experiencias humanas.

Queríamos acabar estas reflexiones con una cita del Quijote. Ese “loco genial” que supo de “naufragios” en tierra firme y de aquello que le dice su fiel escudero entre llantos al final de su vida, cuando exclama: “porque la mayor locura que puede hacer un hombre en esta vida, es dejarse morir, sin más ni más, sin que nadie lo mate, ni otras manos lo acaben que las de la melancolía ”

Por cierto, también los "vientos" ayudan a navegar, no sólo arrancan al mar violentas olas**;** dan movimiento, sonido, vigor y fuerza a las "velas" y a los "molinos" de las llanuras manchegas!

BIBLIOGRAFÍA

(1) L'Interrogant, Revista de la Fundació Nou Barris per a la Salut Mental, editorial nº11

(2) Galeano "LaCultura Preventiva como factor de Resiliencia frente a los desastres", "Conferencia Virtual Iberoamericana, febrero-abril 2011". http://pepsic.bvsalud.org

(3) B. Cyrulnik.. *" El amor que nos cura"* Ed. Gedisa. Colección Psicologia/ Resiliencia 2006

(4) Sobonfu Somé. *" Aceptar el dolor. cuando bañarse en lágrimas sana las heridas más profundas*". En "Africaneando. Revista de actualidad y experiencias". Num 09, 2012. (Hay versión en internet)

(5) E. Groterg, "Nuevas tendencias en Resiliencia" en " Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas".Buenos Aires. Paidós.2001

(6) Puede verse la historia completa en su versión española a través de internet: " Kirikú y la Bruja." http://www.youtube.com/watch?v=9I-VI_A-R4Gk)

(7) Gabriela Soledad Gauto, "*Resiliencia para enfrentar los contextos de desigualdad y pobreza vinculados a procesos de salud-enfermedad y Habitat, desde la mirada de los Derechos Humanos de Tercera Generación y Vulnerabilidad Social*". Trabajo presentado en el III Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población, ALAP, realizado en Córdoba,Argentina, del 24 al 26 de Septiembre de2008(.Puede encontrarse en Internet).

(8) Daniel Rodriguez "*Recursos comunitarios para sobrevivir*" Revista digital Pagina/ 12. Republica Argentina.2014. Director del Departamento de Salud Comunitaria de la Universidad Nacional de Lanús, en la cual funciona el Centro Internacional de Investigación y Estudios sobre Resiliencia (CIER).

(9) Aldo Melillo y Nestor Suarez Ojeda (Compiladores) " Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas"..Buenos Aires. Paidós.2001

¿QUÉ QUEREMOS DECIR CUANDO HABLAMOS DE INTEGRACIÓN DE TÉCNICAS? TALLER DIDÁCTICO-EXPERIENCIAL

María Teresa Pi
Psicóloga clínica y psicodramatista
Institut d'Assistència Sanitària. Girona
pimaite@telefonica.net
630934782

Concha Oneca
Trabajadora Social y Grupoanalista.
Centro de Psicoterapia y Formación Analítica
Pamplona
conchaoneca@gmail.com
629041559

RESUMEN

¿Qué queremos decir cuando hablamos de integración de técnicas? ¿La palabra "integrar" sería la adecuada? Quizá cuando el grupo está en acción, sería más adecuado hablar de articular técnicas. En las articulaciones hay dos componentes distintos que encajan y se mueven de forma armoniosa, cuando integramos la harina con la sal y el agua nos da algo distinto: la masa del pan. En nuestra experiencia de conducción de grupos utilizando diferentes técnicas, concretamente grupoanálisis y psicodrama, el proceso se asemeja más a la articulación que a la integración. ¿Qué determina la utilización de una u otra técnica? Evidentemente el momento grupal, las necesidades del grupo. El grupo dicta sus leyes y las conductoras deberían estar atentas a lo que surge y utilizar una u otra técnica dependiendo del momento. Este artículo se basa en la experiencia utilizando esta orientación en la conducción grupal en la Academia de Verano de Granada de la IAGP (Asociación Internacional para la Psicoterapia de Grupo y Técnicas Grupales).

Palabras clave: Integración de técnicas, técnicas de grupo, psicoterapia de grupo, grupoanálisis, psicodrama.

WHAT DO WE MEAN WHEN WE TALK ABOUT INTEGRATING TECHNIQUES? EXPERIENTIAL-TEACHING WORKSHOP

ABSTRACT

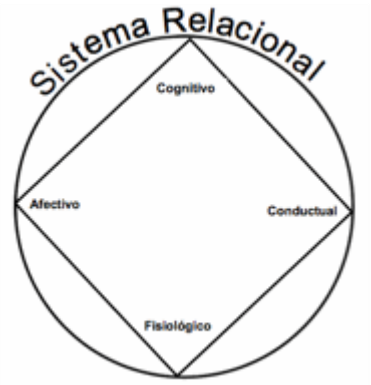
What do we mean when we talk about integrating techniques? Is "integrating" the right word? Maybe when the group is in action, would be more adequate talking about articulating techniques. In articulations there are two different components that fit and move harmoniously, when we integrate flour with salt and water the result is something different: bread dough. In our experience conducting groups using different techniques, specifically group-analysis and psychodrama, the process is more like an articulation that an integration. What determines the use of one or other technique? Obviously is the group moment, the needs of the group. The group dictates its laws and the conductors should be attentive to what emerges and use one or other technique depending of the moment. This article is based on the experience using this orientation conducting groups in the Granada Summer Academy.

Keywords: Integrating techniques, group techniques, group psychotherapy, group-analysis, psychodrama.

INTRODUCCIÓN

Tradicionalmente ha existido una competencia entre las diferentes orientaciones psicoterapéuticas sobre cuál era más efectiva. El tema empezó en la primera mitad del siglo XX cuando Freud y Moreno hablaban sobre qué era mejor, el psicoanálisis o el psicodrama. A principio de los años 50 del mismo siglo, Eysenck (1952), judío europeo también, cuestionó la validez de las psicoterapias afirmando que se obtenían el mismo porcentaje de remisiones de síntomas de forma espontánea que mediante psicoterapia. A partir de ahí se inició una pugna por demostrar que la psicoterapia era efectiva, algunos con argumentos basados en la observación y otros, intentando emular al método experimental, con estudios estadísticos. A finales del siglo XX en medios oficiales se recomendaba que las intervenciones debían basarse en la "evidencia", traducción equivocada de "evidence" cuyo significado es "pruebas". Ahí parecía que las intervenciones basadas en el psicoanálisis, el psicodrama, sistémicas, gestalt, etc. no

habían demostrado su efectividad como sí lo habían hecho las intervenciones cognitivo-conductuales. Existían numerosos estudios sobre la efectividad de los tratamientos conductuales y posteriormente cognitivo-conductuales y pocos sobre la del resto. Esto ha cambiado en los últimos tiempos en que sí se han realizado estudios comparativos sobre la efectividad del psicoanálisis y el resto de terapias (Roth & Fonagy, 2005; Fonagy et al, 1996; Clarkin et al, 2007; Levy et al, 2006). De todos modos la competencia se mantiene, aunque desde hace un tiempo han surgido corrientes que han defendido la integración de técnicas en psicoterapia (Erskine, 2010, 2012). Las personas que las han liderado se apoyan en los resultados obtenidos con unas y otras técnicas, poniendo de manifiesto que en el centro de la intervención debe estar la persona que la recibe y sus necesidades. Cada persona ha tenido una experiencia vital diferente y ha desarrollado sus propios marcos referenciales respecto a sí misma, los otros y lo que puede esperar de las relaciones, la teoría del apego ha desarrollado ampliamente este campo (Bowlby, 1976, 1984, Main y Solomon, 1986, Ainsworth, 1970, 1989, Marrone, 2001), esto provoca que no todas las personas respondan de la misma manera ante la aproximación del terapeuta. Existen diferentes vías de comunicación, a veces una está más abierta que otra y puede que alguna, en ciertas personas, esté totalmente cerrada. Erskine y Trautmann, (1997) han definido lo que ellos llaman el Yo en relación:



El sistema relacional reflejado en esta imagen nos muestra las cuatro áreas que se activan en las relaciones. A veces unas se activan más que otras y, en ocasiones, alguna está dormida y resulta difícil acceder a esta persona a través de ella y se deben buscar alternativas a través de las áreas que están disponibles. Esto

justificaría que todas las orientaciones terapéuticas obtienen resultados positivos (Pérez Alvarez, 2013) dependiendo de las personas a la que vayan dirigidas.

En este artículo se presenta una forma de articular técnicas desde un modelo integrativo en la terapia de grupo centrándonos en el grupoanálisis y el psicodrama. Preferimos hablar de articulación cuando nos referimos a la puesta en práctica, pues en cada momento se preservan las técnicas del abordaje utilizado, pasando de uno a otro dependiendo del momento grupal.

GRUPOANÁLISIS

Es un método de Psicoterapia de grupo creado por S.H. Foulkes en los años 40. Aunque ya había trabajado en grupos anteriormente, (Exeter en 1940) es en 1942 cuando SHF entra a formar parte del cuerpo médico de la Armada (Royal Army Medical Corps) y se encuentra con la necesidad de atender a un gran número de soldados que volvían de la segunda guerra mundial con problemáticas similares compartidas. Es en el Hospital Militar de Northfield y fruto de la urgencia de aplicar tratamientos económicos y rápidos para las neurosis post traumáticas producidas por la guerra, que SHF junto con sus colegas James Anthony, Patrick de Marè y Martin James introdujeron la práctica del método Grupoanalítico. Muy pronto se desarrolló y extendió como una forma de terapia en la que los miembros del grupo sentían la libertad para hablar de sus experiencias y contar sus historias.

El Grupoanálisis combina la introspección psicoanalítica con la comprensión del funcionamiento tanto interpersonal como social. En Grupoanálisis hay un interés fundamental en la relación entre el miembro individual y el resto del grupo resultando así un fortalecimiento de ambos y una mejor integración en su comunidad, familia y red social.

Aunque se deriva del psicoanálisis, también abarca conceptos de la psicología social, dinámica de grupo, sociología y antropología. En la esencia del grupoanálisis está la idea de que los seres humanos somos fundamentalmente sociales cuyas vidas están intrínsecamente ligadas de formas muy variadas. Para entender y comprender gran parte de las dificultades que se dan en nuestra vida personal, es necesario investigar no solo los grupos de pertenencia en la actualidad sino también los grupos de origen en los que están nuestras raíces y que hemos ido desarrollando a lo largo de nuestra vida, incluyendo aquí familia, amigos, escuela, trabajo, ocio…

S.H. Foulkes, fundador del Grupoanálisis decía que puesto que las dificultades humanas se manifiestan en los grupos, dichas dificultades se exploran, entienden y cambian en un contexto grupal viendo el grupo como el lugar donde explorar los aspectos públicos y privados y la dialéctica entre el desarrollo grupal y personal. Los miembros del grupo se apoyan, comparten sus experiencias y juntos las exploran en el grupo llegando así a una comprensión más sana de su situación. Democracia y cooperación son pilares básicos en grupoanálisis.

En 1952, S.H. Foulkes, Elisabeth Marx, James Anthony, Patrick De Marè W.H.R. LLiffe , M.L.J. Abercombie y Norbert Elías constituyen la Sociedad Grupoanalítica (Group Analytic Society) para la investigación y formación y para promover el desarrollo del grupoanálisis en sus dos vertientes, teórica y aplicación clínica.

El Grupo análisis pretende lograr una integración sana del individuo en su red de relaciones. Es una forma de terapia del grupo, por el grupo y para el grupo, incluyendo al conductor

Se centra en la relación entre el individuo y el grupo, haciendo hincapié en la naturaleza esencialmente social de la experiencia humana. Es un enfoque interactivo y tiene muchas aplicaciones en el campo de las relaciones humanas, enseñanza, formación, consultoría, organizaciones...La teoría y método Grupoanalítico nos ofrece una comprensión dinámica del funcionamiento interno de la mente humana como un fenómeno social multipersonal y como tal, es aplicable a los grupos en general, individuos, parejas y familias. En definitiva, cualquier grupo en conflicto que así lo proponga.

PSICODRAMA

A partir de 1910 Moreno empezó a trabajar en una nueva forma de terapia de grupo en los parques de Viena, formando grupos de niños y más adelante (1913-14) con prostitutas sembrando la semilla a partir de la que se desarrolló la psicoterapia de grupo y el psicodrama, el sociodrama, la sociometría... Su objetivo era promover que el individuo participase de forma activa en el proceso terapéutico

> *El procedimiento de la terapia tiende entonces a pasar de la palabra a la acción, del análisis al ser, la existencia y el encuentro, del diálogo al ejercicio, la interpretación de papeles y el psicodrama* (Moreno, 1966, pag. 9)

Jaime Rojas Bermúdez fue alumno de Moreno y ha continuado su desarrollo. Otros autores, como Pawlovsky, Lebovici… han integrado psicodrama y psicoanálisis creando lo que se denomina psicodrama analítico. Las técnicas utilizadas en los grupos que se describen en este artículo se basan en los desarrollos de Rojas Bermúdez (1984), especialmente en la utilización de objetos intermediarios y la creación de imágenes / esculturas. Se entiende por objeto intermediario aquél que facilita la comunicación interrumpida. Rojas empezó a utilizarlo en el trabajo con pacientes psicóticos comprobando que para ellos la comunicación con otras personas era sumamente difícil, pero a través de títeres y posteriormente de máscaras podían hacerlo. En los grupos los objetos intermediarios facilitan la comunicación en momentos de conflicto, crisis, ensimismamiento, con fuerte carga emocional… A veces la palabra no es suficiente para trabajar estos momentos e incluso puede ponerse al servicio de la resistencia. La propuesta de crear una historia con títeres, confeccionar una máscara que refleje nuestro estado emocional, realizar una escultura sobre el tema que ha provocado la situación…, ayuda a expresarlo y, sobretodo, a sentirlo. Cuando a la palabra se le añade el cuerpo, el gesto, la postura, la historia que surge a partir de los títeres o la forma y decoración de una máscara, se puede tomar consciencia de lo que ha resonado en cada uno y en el grupo. A partir de ahí se le puede poner palabras e integrar lo fisiológico, afectivo, cognitivo y conductual, los cuatro elementos de nuestro sistema relacional.

ARTICULACIÓN DE LAS DOS TÉCNICAS, EL MOMENTO GRUPAL

Llamamos articulación a la forma en que coordinamos el grupo utilizando de forma alternativa el grupoanálisis y el psicodrama. No realizamos una integración de las dos técnicas sino que utilizamos uno u otro abordaje dependiendo del momento grupal. Nuestra experiencia de trabajo conjunto es con grupos en contextos de formación. Habitualmente iniciamos el grupo con un caldeamiento utilizando técnicas psicodramáticas. El objetivo es tomar consciencia de grupo y trabajar la cohesión grupal. Después del caldeamiento pasamos a otro momento con abordaje Grupoanalítico y a partir de ahí, se va articulando uno u otro abordaje dependiendo del transcurrir grupal. A continuación se muestra un ejemplo, entre otros, del trabajo con un grupo de formación en Granada en la Academia de Verano esponsorizada por la IAGP (Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupo y Procesos Grupales). La experiencia tuvo una duración de 15 horas a lo largo de cinco días con sesiones de tres horas cada una:

Es el segundo día del grupo, uno de los participantes no ha venido. Surge el tema de su ausencia y se trabajan las emociones que dicha ausencia despierta en el grupo con el modelo grupoanalítico. El tiempo avanza y parece que el grupo se ha atascado en un bucle de repetición. Se propone un trabajo con telas dándole a cada color el significado de una emoción y representando la importancia de cada emoción a partir de colocar las telas de una u otra forma, con predominancia de uno u otro color. Se vuelve al modelo grupoanalítico y al cabo de un tiempo breve surge de nuevo el tema de la persona ausente tratándolo desde lo cognitivo, con lo que se evita tomar consciencia de lo que las ausencias despiertan en el grupo. Se extiende la tela que la había representado en el centro del grupo sin realizar ningún comentario y a partir de ahí se puede superar el bucle.

VENTAJAS Y LIMITACIONES

En nuestra experiencia, podemos hablar más de ventajas que de limitaciones. Utilizando el ejemplo arriba expuesto, la aplicación del trabajo con telas, nos hizo salir de una forma natural y rápida del atasco defensivo en el que se había metido el grupo que probablemente habría necesitado mucho tiempo de elaboración desde únicamente la palabra. Dejando el mapa de emociones en el centro, pudieron elaborar los miedos, fantasías de violencia, hablar de sus enfados y fortalecimiento de la confianza y el grupo pudo avanzar en el proceso, pudiendo ser también observadores de sí mismos viendo y viviendo los cambios emocionales que se iban produciendo.

Como limitaciones podríamos señalar la necesidad de renunciar a algunos principios del abordaje propio de cada terapeuta y la capacidad de adaptarse a las intervenciones del otro que a veces pueden resultar sorpresivas e incluso ininteligibles. Los grupos no avanzan de forma previsible y las coordinadoras pueden vivir su evolución de diferente manera, creyendo una que hay que dejar que siga así y la otra introducir sin avisar – en el transcurso del grupo no creemos conveniente pararlo para consultar con el otro – un objeto intermediario o un comentario, debiendo aparecer esta intervención como natural e integrada en el acontecer grupal. No sería momento para que las coordinadoras discutieran sobre la idoneidad de la intervención. Para conseguirlo es importante que las conductoras se conozcan, se respeten, sepan cómo trabaja cada una y, sobretodo, conozcan los marcos de referencia del otro. Entendemos que este tipo de trabajo no sería apropiado para dos personas con diferentes abordajes que desconocieran los principios fundamentales de los marcos referenciales de cada uno de los que se desee articular o, en su caso, integrar.

CONCLUSIONES

Como decimos anteriormente, por encima de las técnicas a utilizar, están primero las personas y sus necesidades (Moreno) y el grupo y sus necesidades (Foulkes). El psicodrama ayuda a actuar las emociones de forma rápida y certera y el grupoanálisis se ocupa de promover la comunicación verbal y el análisis grupal. Fruto de dicha articulación de técnicas se crea la suficiente confianza y cohesión que nos permite explorar expectativas, miedos, deseos… facilitando vivir el proceso de principio a fin.

Articular no es lo mismo que unificar, aunque para quien participa en un grupo lo importante es que este sea efectivo sin importarle la técnica a utilizar en cada momento. Pertenecemos a la SEPTG (Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo), editora de este boletín, cuya identidad básica desde su origen es la multiplicidad de enfoques y escuelas, por lo tanto no es ajeno a nosotras.

Un aspecto de extrema importancia es la relación entre las coordinadoras. Debe estar basada en la confianza y conocimiento mutuo, en la búsqueda de la complementariedad atendiendo el momento del grupo, prestando atención a las emociones que se generan en cada sesión para trabajarlas juntas en la post-sesión y así prepararse para la siguiente.

BIBLIOGRAFÍA

Ainsworth, M.D. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.

Ainsworth, M.D. y Bell, S.M. (1970). Apego, exploración y separa-ción, ilustrados a través de la conducta de niños de un año en una situación extraña. En J. Delval (Comp.), *Lecturas de psicología del niño*, Vol. 1, 1978. Madrid: Alianza.

Bowlby, J. (1969). El vínculo afectivo. Buenos Aires: Paidós, 1976.

Bowlby, J. (1980). La pérdida afectiva. Tristeza y depresión. Buenos Aires: Paidós, 1984.

Clarkin, J.; Levy, K.; Lenzenweger, M.; Kernberg, O. (2007) Evaluating Three Treatments for Borderline Personality Disorder: a Multiwave Study *American Journal of Psychiatry*, 164, 922-928

Erskine R. and Moursund J. (2010) Integrative Psychotherapy in action. Karnac Books

Erskine R.; Moursund J. y Trautman R. (2012) Más allá de la Empatía. Una terapia de contacto en la relación. Ed. Desclée De Brouwer

Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1997b). The process of integrative psychotherapy. In R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles* (pp. 79-95). San Francisco: TA Press

Eysenck, H.J. (1952) The effects of Psychotherapy: an evaluation. *Journal of Consulting Psychology,* 16, 319-324

Fonagy, P.; Leigh, T.; Steele, M.; Steele, H.; Kennedy, R.; Mattoon, G.; Target, M.; Gerber, A. (1996) The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 64 (1), 22-31

Foulkes, S. H. (1948) *Introduction to Group Analytic Psychotherapy*. London: Heinemann.

Foulkes, S. H. & Anthony, E. J. (1957) *Group Psychotherapy – The Psychoanalytic Approach*. London: Karnac.

De Marè, P. (1974) Perspectivas en Psicoterapia de Grupo. Rio de Janeiro: Imago Editora LIDA,

De Marè. (1983). La historia del grupo grande y sus fenómenos en relación a la Psicoterapia Grupoanalítica. P.Mir (ed) Textos escogidos. Barcelona: Cegaop. 2010

Sunyer Martín J.M. (2008) Psicoterapia de Grupo Grupoanalítica. Madrid Biblioteca Nueva.

Levy, K.; Meehan, K.; Kelly, K.; Reynoso, J.; Weber, M.; Clarkin, J.; Kernberg, O. (2006) Change in Attachment Patterns and Reflective Function in a Randomized Control Trial of Transference-focused Psychotherapy for Borderline Personality Disorder *Journal of Consulting and Clinical Psychology,* 74 (6), 1027-1040

Main, M. and Solomon, J. (1986). Discovery of a new, insecure–disorganized/ disoriented attachment pattern. En T.B. Brazelton y M. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy*. Norwood, NJ: Ablex.

Moreno, J.L. (1966) Psicoterapia de grupo y psicodrama. México. Fondo de cultura económica

Pérez Alvarez (2013) Anatomía de la Psicoterapia: El diablo no está en los detalles. *Clínica contemporánea*, 4 (1), 5-28

Rojas Bermudez, J.G. (1984) Qué es el Sicodrama? Buenos Aires. Ed. Celsius.

Roth, A.; Fonagy, P. (2005) What Works for Whom? A Critical Review of Psychotherapy Research, 2n ed. New York, Guilford

IDENTIDAD Y CREACIÓN ANÁLISIS EGO-ECOLÓGICO LONGITUDINAL DE UN ESTUDIANTE EN DISEÑO DE MODAS

Claudia García de la Barga
Anne-Marie Costalat – Founeau

RESUMEN

La perspectiva ego-ecológica (Zavalloni & Louis Guérin, 1984) presenta a la identidad psicosocial como un proceso dinámico de construcción que refleja la actividad transaccional entre la persona y su entorno sociocultural. Partiendo de esa postura teórica hemos querido explorar la dinámica identitaria que relaciona creación, capacidad y proyecto. La metodología IMIS (investigador multiestado de la identidad social) en base a un análisis puramente discursivo permite identificar las palabras-fuerza que "movilizan la pasión y contienen una voluntad y un proyecto" (Zavalloni & Louis-Guérin) y que contienen el sistema identitario del individuo reenviándonos a su historia y vivencias personales. El estudio longitudinal nos permitirá evaluar el desarrollo de estas palabras-fuerza en el tiempo.

Palabras claves: ego-ecología, identidad, creación, capacidad, acción.

ABSTRACT

Ego-ecology (Zavalloni & Louis Guerin, 1984) presents psychosocial identity as a dynamic assembly, which reflects the individual's interactions between himself and his sociocultural surroundings. Starting off from this theoretical stance, we have sought to explore the question of identity as one that involves

Dirección autoras: Universidad Paul Valéry – Montpellier 3, Laboratorio Epsylon EA 4556- Route de Mende, 34199 Montpellier. Cedex 05, Francia. email: clabel@gmail.com; anne-marie.costalat@univ-montp3.fr

creation, capacity and task. IMIS methodology (Multistate researcher of social identity) based on an eminently discursive analysis allows us to identify power-words which "activate passion, posses a will and a final task" (Zavalloni & Louis Guerin) and which contain the individual's identifying system. This in turn takes us to his history and personal experiences. An in-depth study will allow us to evaluate the development of these power-words through time.

Keywords: ego-ecology, identity, creation, capacity, action

Reflexionar sobre la identidad de jóvenes estudiantes implica abordar: el proceso de construcción de sí mismos (Guichard, 2004), la actividad principal a la que se dedican como proceso formativo y la construcción de un proyecto profesional en base a sus aspiraciones. Nos referimos a procesos subjetivos que son intra e interindividuales, colectivos y sociales. Erikson (1972) define la identidad psicosocial como una constante transacción y adecuación entre el yo, el otro y el entorno, como un proceso de desarrollo en base a fases de crisis y de equilibrios que le dan a la identidad este carácter dinámico. Sin embargo, para Erickson la construcción de la identidad se desarrollaba esencialmente durante la adolescencia para definirse en la edad adulta y aportar así al individuo una identidad "terminada" por así decirlo. Nos quedamos con el aporte de la identidad como proceso dinámico, puesto que en la actualidad pareciera extenderse a lo largo de toda la vida. Alain Baubion-Broye, Jacques Curie y Violeta Hajjar (1998, 1997) proponen la construcción de sí mismo como un proceso constante relacionado a la actividad y a la búsqueda de sentido en torno a las esferas de: la familia, lo personal, lo profesional y lo social.

Efectivamente, el individuo vive en una matriz social normada en la que se entrelazan diferentes niveles, la sociedad, las organizaciones y los grupos. En la que el mundo *exterior* comunica de manera interdependiente con el mundo *interior* del individuo, constituido por la memoria autobiográfica que engloba a los recuerdos, la emoción y la cognición (Costalat-Founeau).

Goffman (1973) anticipándose a su tiempo, relacionó la acción y la identidad como factor identitario a través de lo que él llamó roles sociales. En una sociedad concebida como un gran teatro, los individuos son actores sociales que siguen ciertas pautas de conducta, en cierta forma protocolares, rituales, que regulan y norman a la sociedad.

En ese sentido, la psicología social enfoca el concepto de la acción como un vínculo comunicacional en el que se toma en cuenta el contexto, su carácter

público y normativo y los afectos del individuo. De esa manera a través de la acción, el individuo interactúa con su entorno en una dinámica de socialización. A través de la acción y de la experiencia, como registro temporal y emocional, el individuo va construyendo su propia identidad. La acción no solo es una reacción al entorno, también es una energía que propulsa al individuo a actuar organizando sus recursos y midiendo sus capacidades. Hay dos aspectos en juego en esta confrontación identitaria (Martinez-Costalat-Founeau 2005) el afectivo y el social, por un lado el alcanzar o no los resultados esperados (expectativa), puede reforzar el sentimiento de capacidad a través de la satisfacción, *soy capaz de*, o por el contrario generar frustración; y paralelamente, el aspecto normativo de la sociedad, responderá con la aprobación o desaprobación de los actos del individuo de manera tácita o explícita, alimentando o no un reconocimiento social y personal.

A. Costalat-Founeau (2008) desarrolla un modelo capacitario buscando crear congruencias o incongruencias entre las capacidades subjetivas y normativas de las personas determinando dos componentes principales: la emoción y la acción. El individuo organiza su contexto buscando permanentemente concretizar sus capacidades y recursos en pos de una emoción positiva. En la medida que estos efectos "capacitarios" sean + o - , el individuo puede encontrarse en una fase de "*agudeza representacional*" en la que percibe todo con mucha claridad y exactitud lo que le confiere un sentimiento de poder y de control; o por el contrario en una fase de "*difusión representacional*" en la que las emociones lo embargan y el panorama es confuso. Costalat-Founeau define el sentimiento de "*yo puedo"* como una *capacidad subjetiva,* y de manera paralela habla de una *capacidad normativa*, la que valida socialmente y genera formas de aprobación o desaprobación sociales; cuando ambas están en consonancia el individuo se encuentra en una fase de *agudeza representacional*.

Este modelo es muy pertinente para nuestra investigación que aborda la acción a través del proceso creativo y su dinámica relación en la construcción de la identidad. Un proceso en el que creer, hacer y querer van de la mano de un proyecto creativo. Al ser un proceso creativo, subjetivo, los parámetros normativos no están tan definidos lo que no le asegura al artista un reconocimiento social asegurado. A través de las diferentes entrevistas hemos podido reconocer que esta situación genera en el artista una cierta inseguridad que posterga el inicio de su proceso creativo y que a su vez lo obliga a reforzar su capacidad subjetiva. En palabras de Joyce Mc Dougall (2008): "*los creadores no solo buscan imponer su visión interna sino que también tienen que estar convencidos de que su trabajo vale*

la pena de ser expuesto porque es esperado y apreciado por el público. Creadores e inventores saben que deben pelearse con el mundo externo por el derecho a exponer su mundo interno [ ] El creador debe poder a la vez traducir su visión interna del mundo y estar convencido de que es capaz de transmitirlo."

EGO – ECOLOGÍA

La ego-ecología estudia al individuo y sus relaciones con el entorno. Todo individuo forma parte de una matriz social que está organizada a su vez por grupos sociales, a los que el individuo pertenece o de los que se diferencia. Estos grupos son considerados como grupos sociales de pertenencia y aportan en la construcción de la identidad objetiva del individuo definiendo nacionalidad, sexo, parentesco, profesión etc… Lo interesante de este enfoque es que uno parte de la palabras, del discurso, que usa el individuo para describirse a Sí mismo, al Otro y a la Sociedad. Estas palabras llamadas identitarias revelan la lógica interna con la que el individuo interactúa con su entorno. Dubar (1998) habla de la "identidad-relato", de la manera en la que el individuo cuenta la historia de sí mismo dándole un sentido a su experiencia. Vygotski (1934, 1997) ya había anunciado que hay ciertas palabras que son significativas y que permiten revelar parte de la conciencia. Palabras que absorben contenidos intelectuales y afectivos de los contextos en los que se nutren. Marisa Zavalloni (2007) lo dice así: "podríamos emitir la hipótesis que la internalización de ciertos aspectos del mundo (el Otro, cultura y sociedad) tendría como pre-requisito la activación de un estado afectivo que se conservaría como un componente de la memoria e-mocional* asociada a estos aspectos." En otras palabras, conectar la emoción con la palabra genera sentido que se traduce a través de imágenes y representaciones. Estas imágenes pueden revelar a su vez historias, experiencias, personajes y situaciones concretas.

Para lograr revelar la estructura identitaria, hay que partir de la historia interior de las palabras que se utiliza para describirse a sí mismo, al otro y a la sociedad; de esas palabras identitarias que con un efecto de resonancia van a estimular la memoria e-mocional de la persona. Entonces, partiendo de un grupo de pertenencia, se activa un efecto de resonancia (pensamiento de fondo) permitiendo surgir el contexto representacional de la palabra identitaria.

Esta propuesta teórica ego-ecológica que busca explorar la identidad social ha identificado tres mecanismos en la construcción de la identidad.

LA RECODIFICACIÓN DE GRUPO Y LOS PROTOTIPOS

A la hora de aplicar el método de contextualización, y de pedirle al encuestado que explique el contenido semántico que para él tiene cada palabra utilizada, por ejemplo, nosotros los jóvenes somos (…) Ellos los jóvenes son (…) van apareciendo referentes de pertenencia relativos a sus vivencias como personas o personajes que uno admira, que están vinculados a una situación o por el contrario que uno rechaza.

LA OPOSICIÓN BINARIA

Se da dos niveles. Se le pide al encuestado definir al grupo de los Jóvenes, por ejemplo, como Nosotros los Jóvenes somos… y Ellos los Jóvenes son… en términos de grupos de inclusión o de exclusión. En segundo lugar se le pide especificar para cada una de las características si se identifica o no con ellas como el Yo y el No Yo.

LA REVERSIBILIDAD DEL YO Y DEL NOSOTROS

El Yo y el grupo son solidarios. El Yo parte del grupo. Al aceptar que toda identidad se construye por identificación u oposición al Otro, entendemos que un individuo para representarse a sí mismo debe situarse en su contexto. En ese sentido, cuando el individuo se identifica mucho al grupo, proyecta en él sus propias características, necesidades y motivaciones y las palabras que utiliza para describirlo son las que utiliza para describirse a sí mismo.

El análisis ego –ecológico, hace hincapié en la actividad transaccional de la persona con su entorno sociocultural a través de la oposición, diferenciación o identificación. La identidad se concibe como "una modalidad particular de construcción de la realidad, como un punto de vista a partir del cual el mundo exterior se convierte en mundo interior en función a un proyecto y una historia" (Zavalloni & Louis-Guérin, 1984, p.67).

L'IMIS – INVESTIGADOR MULTIESTADO DE LA IDENTIDAD SOCIAL

Se trata de un método ideográfico que permite revelar la trama identitaria de una persona a través de la identificación de las palabras-fuerza / identitarias. Estas, actúan como redes de asociación con otras palabras que generan núcleos dinámicos sociomotivacionales.

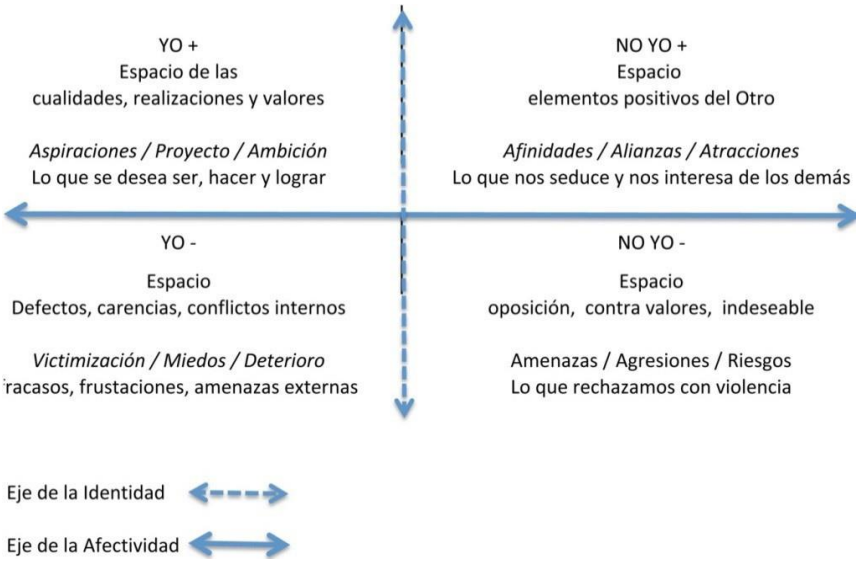
FASE I

Consiste en contestar un cuestionario donde se le pide al entrevistado describir los diferentes grupos de pertenencia (grupos stimuli) con cinco palabras o frases

cortas desde la posición de Nosotros somos y Ellos son. Para cada característica se le pide determinar si: es una característica que posee? Si la respuesta es Sí, entonces marca S (Yo) y si la respuesta es No entonces marca N (No Yo). Finalmente se le pide que marque del 1 al 4 el grado de identificación, si considera que positiva o negativa (+ / -) y por último si es esencial que marque con una E.

URS	S/N	De 1 a 4	P / N	E
Nosotros los peruanos somos				
creativos	S	4	P	E

Todas las palabras se situarán en un espacio elemental de identidad:



El espacio del YO +, contiene las referencias de identificación positiva, las aspiraciones, los valores, el sentimiento de satisfacción. En este espacio se siembran los proyectos de vida.

En el espacio del YO -, se encuentran las limitaciones personales, las debilidades y bloqueos; pero a su vez también encontramos las diferentes estrategias de defensa que se han dio elaborando para hacer frente a las agresiones externas.

El espacio del NO YO – representa a los contra valores y alberga a los contra modelos. Lo que no quiero ser, lo que rechazo categóricamente ya se por desagrado o inclusive por lástima. Por lo general se encuentra en oposición con el espacio del YO +.

El espacio del NO YO +, es un espacio simbólico e idealista que alberga lo que deseamos del Otro y no tenemos, ya sea por falta de recursos o capacidades. A su vez, establece una relación de colaboración y de soporte con el espacio del YO – por lo general.

FASE II

En una entrevista, de manera semi- directiva se busca reconstruir el repertorio semántico de la identidad a través de las unidades representacionales (palabras / UR) con preguntas:

Cuando describió a Nosotros los Jóvenes como ……, pensaba en alguien o en algún grupo en particular? (Recodificación)

Cuando describió a Nosotros los Jóvenes como somos creativos, a qué se refiere? Puede usted explicarnos el sentido que tiene para usted esta palabra?

El individuo describe su propia realidad social a través del sentido que cada palabra tiene para él. En esta fase se obtiene la recodificación de los grupos de identidad, los prototipos, personas o sub-grupos que emergen de las representaciones y la aplicabilidad de cada Ur su valor e importancia.

Cuando describe a Nosotros los Jóvenes como creativos, es una característica con la que se identifica, que se aplica, de qué manera? / De qué manera usted es diferente?

Cuando describe a Nosotros los Jóvenes como creativos, le parece positivo? De qué manera? De qué manera es esencial en su vida?

FASE III

En esta fase analizamos la dinámica identitaria psicosocial del individuo a través del contexto experiencial y visual de ciertas palabras que revelan tener una mayor carga semántica, por estar más conectadas a la emoción y a los afectos. Son palabras que constituyen la trama identitaria, que pueden condensar una serie de experiencias que sirven para describirse a sí mismo, a los otros, para explicar intenciones, interpretar lo que sucede y juzgar (A. Costalat-Founeau).

Siguiendo un protocolo de preguntas (recuerdos en particular, anécdotas, situaciones, importancia…) podemos analizar el discurso de la persona y ubicar las redes de representaciones y sus anclajes biográficos, visualizando la transversa-

lidad de las palabras identitarias y la lógica que las organiza. En otras palabras, las relaciones que el Yo que establece con el Otro y que estructuran la dinámica identitaria de cada persona.

Al completar la entrevista de la fase III, contamos con suficiente material discursivo para poder organizar las Urs de los diferentes espacios en temas dominantes y ver emerger las relaciones que se tejen entre sí. De esa manera la dinámica identitaria se va estructurando en torno a los que Zavalloni & Louis-Guérin (1984) bautizaron como "núcleos dinámicos sociomotivacionales".

El protocolo del IMIS establece las siguientes relaciones:

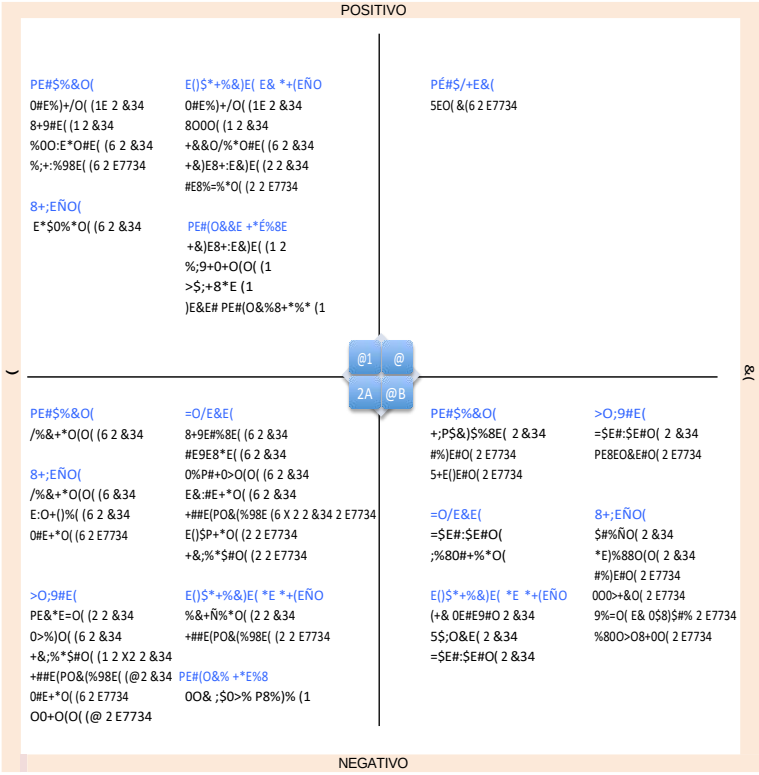
1. *Contra elaboración defensiva de sí mismo*: Una cualidad personal del YO + permite equilibrar un defecto personal del YO -.
2. *Bloqueo:* Un defecto del Otro (Alter), del YO NO -, bloquea la expresión de una cualidad personal del YO +.
3. *Oposición*: Una cualidad personal del YO +, se opone a un defecto del NO YO -.
4. *Soporte*: Una cualidad del NO YO + sostiene a una cualidad del YO + o permite compensar un defecto personal del YO -.
5. *Contigüidad*: Dos características se refuerzan mutuamente.
6. *Implicación*: Una característica implica a otra.

ESTUDIO DE UN CASO: GENARO–ESTUDIANTE DE DISEÑO DE MODAS (LIMA–PERÚ)

Para mejor ilustración vamos a presentar el caso de Genaro. Él es un estudiante en diseño de modas (22 años) que acaba de finalizar sus estudios en la escuela de Mod'Art Perú en Lima, después 3 años de formación (2011-2013). Los grupos sociales (stimuli) elegidos fueron: la nacionalidad / los jóvenes / el sexo / los estudiantes de diseño de modas / la persona ideal / un grupo libre. Hemos aplicado el método IMIS al cabo del primer año, del segundo y del tercero, realizando así un estudio longitudinal. A través de esta metodología hemos podido analizar de qué manera los procesos creativos intervienen en la construcción de la identidad psicosocial, y particularmente de la identidad profesional. El hecho de haber podido realizar un análisis longitudinal, nos ha permitido verificar la continuidad de las palabras identitarias (ID) y la variabilidad de su contenido semántico.

GENARO–AÑO I

Genaro es admitido en la formación de diseño de modas en el año 2011 con 19 años, después de mucho batallar con sus padres quienes preferían que siguiera un carrera universitaria. Para Genaro poder seguir esta formación artística se planteó como un proyecto de vida por el cual incluso se fue de su casa en dos ocasiones. En la segunda oportunidad, al cabo de un mes fuera, su madre lo busca y le pide regresar con la promesa de que pueda estudiar diseño de modas, " si me ofrecen una carrera, no voy a ser tan tonto de perder esa oportunidad". Sin embargo antes de llegar a Modart, Genaro es admitido en otra escuela, pero la experiencia no cubre sus expectativas de exigencia y seriedad y tras confrontar a la directora de la institución se va prácticamente tirando la puerta. Acto seguido, postula a Modart y es admitido por la via regular.



"EE$S& GE()*+ t+**ES - 1E*)/+ -

El espacio del YO + de la identidad de Genaro, alberga tres temas importantes: el *ser creativo*, el *ser educado* y el *tener personalidad*. El tema de ser creativo tiene una fuerte implicación identitaria puesto que constituye una capacidad exigida en toda formación creativa. Para Genaro, crear está directamente ligado al hacer cosas y a un estado de inspiración de donde nace la inspiración. Una fase de agudeza representacional (Costalat-Founeau) en la que todo parece fluir con claridad. " para mi crear es concentración y pasión, mi vida, punto final! Porque puedo pasar mi tiempo sentado en la máquina de coser, y si lo hice mal, lo vuelvo a coser. Y si lo hice mal, lo vuelvo a coser. Y así con mi música, mi taza de café, cosiendo, armando… no puedo alejarme de esto porque adoro hacer esto, y yo quiero que así sea hasta mi muerte". Genaro parece reconocer su proceso creativo "En mi casa, todos se van a dormir, yo me instalo en el comedor, me pongo mi música, instrumental… y las ideas fluyen y fluyen con mi taza de café, y las ideas fluyen y fluyen. Estoy concentrado".

La Ur creativo, se eleva como palabra-fuerza y constituye un núcleo dinámico sociomotivacional sobre la base de una red asociativa de palabras como: *libertad, talento, locos, innovadores, habilidad, inteligente*. La asociación *creación-libertad*, refiriéndose al grupo de los peruanos como personas creativas en su cotidiano, ingeniosas, recurseras y emprendedoras: " no seguimos las reglas… entonces, tienen ganas de querer distinguirse, y son libres para hacerlo, no? Tenemos mucha libertad para hacerlo." Al referirse al talento, Genaro habla de "su grupo" , sus compañeros de clase y anota "Y yo me considero una persona con talento". Aquí la reversibilidad Yo/Grupo se hace visible (Genaro / Grupo de estudiantes en diseño).

Creativos y *locos,* una característica que parece estar ligada al proceso creativo, como una licencia que los distingue del resto. "Es una cosa que todos. Locos totales… por el hecho de querer hacer cosas nuevas, o diseñar algo". Para Genaro s*er creativo* implica ser *innovador,* hacer cosas nuevas, únicas, que inspiren; y a la vez manejar una dimensión relacional: " habilidad para crear, no? Y demostrarlo, no? … hay que soltarse un poco. Como quien dice tener un poco de calle, en el buen sentido, ves? Dejarse llevar un poco".

Dentro de esta misma dimensión relacional de persona-mundo y tomando en cuenta el contexto en el que Genaro empieza a estudiar finalmente la carrera de su elección, es interesante notar que el tema *ser educado* tenga una importancia ontológica. La red asociativa de ser educado involucra a las personas *acogedoras – amigueras – inteligentes y humildes* en oposición directa a la red del espacio

NO YO – de las personas *malcriadas*, es decir *sucias, bajas en cultura y egoístas* que actúan como contra modelos. Podríamos ir un poco más lejos y decir que la persona ideal reúne las cualidades de la red asociativa de *ser educado* sumadas a la Ur *con personalidad* que actúa como una elaboración defensiva que viene a contrarrestar el lado *rebelde* (Ur) de Genaro. A él le gusta establecer un protocolo relacional en los espacios públicos y cuando este no se cumple, lo invade la frustración, la cólera y su lado *rebelde* puede llegar a ser *agresivo*, "es que cuando te contestan en ese tono, uno tiene ganas de tirarle una cachetada… te lo dicen de tal manera que me dan ganas de agarrarle el cuello!". Es interesante notar que la Ur *agresivo* está asociada de manera inmediata con los hombres de su familia, el hermano mayor, el papá, los tíos y primos, "no sé qué tienen en sus genes pero con un simple A y se encienden al toque". Si bien Genaro, no reacciona de manera explícita, su lado rebelde lo lleva a no soportar ciertas situaciones y a reaccionar de manera agresiva verbalmente, " O sea yo soy así, te lanzo una cosa…" "porque a veces respondes en un mal tono, al punto de ser malcriado, irrespetuoso et te rebajas y mandas todo a volar". En el espacio del YO -, desvalorizado, se encuentran prácticamente todas las Urs utilizadas para representar a los jóvenes. Este grupo está asociado con el de los estudiantes en diseño y con el de los hombres representado por su hermano mayor y nos muestra a un Joven *irresponsable y caprichoso*. Genaro se muestra incómodo con esta categoría social, aunque por sus dicienueve años sea considera parte de ellos. El tema de la madurez asociado con el de la responsabilidad es recurrente en el discurso de Genaro, las palabras de su madre tintinean en su cabeza "ay Genaro, cuando vas a madurar". Esta reflexión parte sobre la búsqueda de una independencia económica , esta misma que lo llevó a partir de su casa y demostrar "que en ese mes sí podía valerme por mi mismo y no por ellos". Este sentimiento capacitario, yo puedo hacer las cosas por mi mismo, está muy presente a lo largo del discurso de Genaro y creemos que le permite usar su impulso *rebelde* de manera constructiva hacia un proyecto y "ser drástico cuando hay que ser drástico" con mucha *personalidad*. Genaro valora la independencia, la libertad y el trabajo. El irse de su casa le permitió escuchar por parte de su madre "no te vamos a forzar en nada" y demostrar que podía trabajar: "me alquilé un cuarto y a la semana, a mi me gusta trabajar de mesero. Un mes estuve así y en ese mes no me malogré."

El tema del dinero está directamente ligado al del trabajo y está presente de manera transversal a lo largo de todo el discurso creando una red de signifi-

cado en torno a las palabras: *responsable, inteligente, puntual, habilidad y utilidad*. "He visto casos que con 20-22 años, no quieren hacer nada. Nada. No tengo trabajo… si duermes todo el día, cómo vas a encontrar trabajo!". El trabajo y con él el dinero, también se presenta como fuente de estatus social. Notamos que "esos hijitos de papá que creen que porque tienen tal cosa… te miran por encima del hombro, son intratables y solo hablan de lo que tienen" no deja indiferente a Genaro puesto que el *tener mucho dinero* (Ur) le permitiría "tener una empresa, un lugar donde vivir, un auto… y un trato preferencial… tipo vas al banco – Señor por favor - pasas tu tarjeta y tipo todos se quedan con la boca abierta, ves?". Entendemos entonces que la finalidad de toda formación sea "crear tu marca, tu empresa y hacer dinero. El punto es ese: ganar dinero". Si bien el dinero puede ser fuente de reconocimiento social, constatamos que Genaro busca superar esta dependencia: "para mi, lo que tu ves en alguien, es lo que tiene en el cerebro, la manera en que piensas y lo que dices" lo importante es " que no se deje llevar por otras personas. Que no sea posero… que no sea tipo con este grupo soy así y con este otro soy asá… a mi me gustaría ser único en los tres grupos".

En el caso de Genaro y su primer año de formación hemos encontrado cuatro palabras fuerza que estructuran la dinámica identitaria: CREATIVO, EDUCADO, REBELDE (agresivo -, emprendedor +) y DINERO (trabajo). Por razones de espacio les presentaremos solo el análisis de la palabra CREATIVO.

PALABRA IDENTITARIA: CREATIVO (AÑO I)

Significado:

Habilidad para hacer las cosas. Expresión de la artesanía (Peruanos). Capacidad para innovar (Diseñadores).

Recodificación y prototipo:

"Muchos peruanos dominan el arte de tejer, bordar, ves? Peruanos que están en la carpintería, innovando, haciendo cosas". "Sí, [mi grupo]. Lo veo en mi clase, quizás no en su totalidad. Pero sí hay talento."

Concepto de sí mismo:

"Para mi crear es concentración y pasión, mi vida, punto final!", "Yo me considero una persona con talento".

Biografía:

"En mi casa, todos se van a dormir, yo me instalo en el comedor, me pongo mi música, instrumental… y las ideas fluyen y fluyen con mi taza de café, y las ideas fluyen y fluyen. Estoy concentrado".

Situación:

"Innovadores; como lo dice la profesora, no? o sea tienes que hacer algo que no lo vas a encontrar en Saga, en Ripley o en las tiendas de Jockey Plaza, no? Tiene que ser algo que sea una pieza única, tuya ; o si quieres algo, tiene que ser algo nuevo : innovador. Entonces hay gente que se hace cosas, que… si tu te vas a la pasarela ves un gran show y ves muchas texturas, esteee, muchos colores, no? Estee, es la pasarela, no?".

Valor motivacional:

"Porque puedo pasarme en la máquina de coser, y lo hice mal, y lo vuelvo a coser. Y lo hice mal, y lo vuelvo a coser. Y lo hago mal y lo vuelvo a coser. También con mi música, con mi taza de café, y ahí cosiendo, que hilvanando. […] No me quiero despegar de esto porque me encanta hacerlo […] Y quiero que sea de aquí para adelante, hasta mi muerte."

> "Porque al final, lo que uno estudia es para ganar plata. Esa es la finalidad de cualquier tipo de carrera. Porque yo lo veo asi, estudias lo que sea, para qué? Para que tu hagas tu marca, tu negocio, y haces plata. El punto es ese : ganar plata. Y para eso hay que ser inteligentes también."

GENARO – AÑO II

Genaro tiene 20 años, se encuentra en el punto medio de una formación de 3 años de formación. Una rápida apreciación de su espacio elemental (EEIS, ver anexo 2) nos informa que Genaro está atravesando una fase de crisis identitaria (Erickson) que él mismo describe como "un *trans* desde que llegué acá no, y aún no lo he logrado superar" . Del total de 55 Urs, 26 se encuentran en el espacio del NO YO -, 15 en el espacio del YO -, contra solamente 10 en el espacio del YO +. Sin embargo el espacio del NO YO + usualmente vacío, alberga 5 Urs que evidencian una proyección positiva de cambio. En el cuestionario del primer año, Genaro dejó libre el grupo libre, en este segundo año elije hablar de "los gays". Según nuestro protocolo de análisis longitudinal, las entrevistas

se realizan al culminar el año de estudios. En la fase III del IMIS, Genaro nos revela que apenas dos meses atrás su familia "descubrió" que era gay.

Haciendo un recuento de los grupos de pertenencia notamos que Genaro es joven, es peruano, es estudiante en diseño de modas, es hombre y es gay; sin embargo el rechazo de identificación con casi la totalidad de los grupos nos sorprende. En el caso de los Jóvenes, 5 de las Urs se encuentran en el espacio del NO YO-: *calabazas, superficiales, drogados, tarados, creídos*. El conflicto con la representación del Joven *caprichoso e inmaduro* del primer año se ha radicalizado y focalizado en el "grupo de Modart", "yo veo mucho eso aquí, son tan… no tienen nada en la cabeza. Y viene mucho del hecho que son superficiales." Si bien los grupos de los peruanos, de los estudiantes en diseño, de los hombres y de los gays son los más marcados por representaciones negativas con una fuerte

(EEIS) GENARO TORRES --- 2DO AÑO ---

voluntad de diferenciación, Genaro a designado dos Urs positivas y esenciales con las que se identifica: *creativos y trabajadores* (peruanos), *creativos e innovadores* (estudiantes en diseño). "Sí, yo creo que soy una persona creativa, de eso estoy convencido. No sé cómo me verán los otros, pero ese es el concepto que yo tengo… porque yo veo que puedo dar." *Caballeros y coquetos* (Hombres) en abierta oposición a la imagen de su hermano como: *maleducado, mujeriego, borracho, palabrero y mentiroso*. Puntuales y locos (gays), porque "tienen un lado pretencioso que no acepta cualquier cosa y que le gustan las cosas bien hechas. Al menos yo me considero así".

El espacio del NO YO +, revela las cualidades de la persona que Genaro quisiera ser: *acogedor, valiente, comprensivo y tolerante.* "Soy perfeccionista. Y creo que ese detalle me ha llevado a saturar y a no hacer nada finalmente. Porque me gustan las cosas bien hechas, no a medias. Es por eso que tengo mi lado intolerante y no comprensivo. Porque si no está bien dibujado, bien hecho, bien cosido, no voy a comprender, simplemente lo vas a deshacer y volver a hacer. Lo quiero bien hecho. No sé comprender. Hay gente que dice, pero yo no sé hacer. Pero todo se aprende."

Si bien las Urs en el espacio del YO + son escasas, se combinan para formular dos temas paradigmáticos que como dos pilares van a estructurar el discurso de Genaro transversalmente: ser creativo y ser trabajador. En el espacio opuesto del NO YO -, numerosas Urs se combinan para radicalizar la representación del Joven *tonto* y *mediocre* directamente asociado al "grupo de Modart". Con relación a esta toma de posición, de distanciamiento y no-identificación con los grupos de pertenencia, Genaro revela que ser *intolerante*, lo frustra y victimiza: "simplemente me callo, observo y ese día me puedo ir de acá asqueado, simplemente no tengo ganas de ver a a nadie… son tan creídos". Intolerancia que se traduce en agresividad, " estaba en mi casa, estaba como que con todo el bajón. Fue un bloqueo mental, me sentía frustrado, quería llorar, lloraba en mi cuarto solo… yo aprendí a querer a algunas personas aquí en Modart y me sentí muy decepcionado, entonces dije, qué está pasando? Y me peleé con medio mundo. Y era como que yo ya estaba harto de todo y simplemente reventaba con las personas". Comprendemos entonces que Genaro está pasando por una crisis de victimización reforzada por el hecho de sentirse *incomprendido* (Ur). Una situación probablemente desencadenada por la divulgación de su opción sexual, que lo sume en una fase de difusión representacional en la que las emociones lo embargan. Adicionalmente, una mala experiencia afectiva con algún compañero de clase ayudó a radicalizar el rechazo hacia el grupo

de los gays y de Modart. Enhorabuena, su nuevo compañero (pareja) encarna las cualidades de la persona ideal (valiente, comprensivo, tolerante) y lo ayuda como soporte a relacionarse nuevamente con el Otro.

El *ser creativo* como sentimiento de capacidad sigue muy definido. El acto de crear está ligado a la facilidad para hacer cosas, percibida como una habilidad técnica directamente ligada al trabajo manual en el caso de la artesanía por ejemplo, teniendo a su abuela como referente principal, "tenía una facilidad con las manos única". De igual forma como habilidad intelectual, relacionada a la capacidad para encontrar soluciones, para aportar y emprender cosas nuevas. "Ser creativo es hacer cosas nuevas y ser innovador es hacer cosas nuevas. El grado de creatividad te hace innovador". Su proceso creativo y el sentimiento capacitario siguen intactos: "Cuando tengo que hacer, me cierro y dejo que todo fluya. Y creo que me fluye todo más cuando estoy en silencio, con una buena música y estoy solo totalmente. Y empiezo a sacar, sacar cosas, sacar cosas… Yo sí me considero, porque veo que sí puedo dar, yo sí creo que soy una persona creativa, y de eso estoy seguro."

Paralelamente Genaro se preocupa por lo que va ha hacer saliendo de la escuela, por la transición hacia la vida profesional en la esfera del trabajo, " yo me preocupo por lo que voy a hacer saliendo de aquí. Yo no quiero ser un chico más que no tiene nada que hacer y que simplemente no tiene plata para hacer nada. Entonces pienso, pienso, pienso en cómo hacer? Por dónde comenzar? Trato de hacer las cosas bien."

Si bien la Ur *trabajador*, solo aparece una sola vez, estructura casi la totalidad del discurso de Genaro y se yergue como un sólido monumento referencial frente a los once Urs – del NO YO – embanderados por los *mediocres*. Para Genaro ser trabajador traduce un compromiso, una actitud y una manera de ver la vida. El padre aparece como referente positivo, "Es alguien que adora trabajar, ama lo que hace… hoy a sus 70 años, el cuerpo ya no le responde como antes. Pero siempre es alguien muy activo… él no puede descansar. Es una persona muy comprometida." El trabajo asociado al perfeccionismo de manera positiva, "porque me gustan las cosas bien hechas", "porque a mi papá le gustan las cosas bien, bien, bien, hechas. Si vas a barrer, lo tienes que hacer impecable." Genaro se va individualizando, diferenciando y especificando en base a los contra-modelos, "en mi entorno de todos los días, hay gente así que no se atreve, que se pone límites y que si no llega, lo deja nomás." Él se considera el trabajo como una inversión, está dispuesto a trabajar horas extras sin

ser remunerado si a cambio va a obtener el beneficio de aprender, "yo trabajo como un practicante y cumplo las horas de un profesional". En esta fase, el ser trabajador vinculado al acto de hacer y crear adquiere una exigencia adicional: el ser perfeccionista.

Finalmente el *ser caballero*, constituye un tema que implica el *ser educado*, el respetar los protocolos sociales, ya mencionados en el año anterior, aportándole una visión estética como parte de su universo creativo. Partiendo de la relación de respeto con relación a una dama, amplia este concepto al de los buenos modales, saber comportarse, adecuarse a las situaciones, comer limpiamente etc. "A mi me gusta ver a un hombre ocuparse bonito de una dama, no solo porque sea su enamorada. Sino porque se vea bella y se sienta acogida."

Tras analizar el discurso de Genaro de su segundo año de formación encontramos cuatro palabras identitarias: CREATIVO, TRABAJADOR, CABALLERO, INTOLERANTE.

Consideramos que estas cuatro palabras vehiculan la misma carga simbólica que las palabras-fuerza del primer año, con matices adicionales aunque el contenido referencial no sea el mismo

PALABRA IDENTITARIA: CREATIVO (AÑO II)

Significado:

Habilidad técnica (Peruanos). Capacidad para innovar (Diseñadores).

Recodificación y prototipo:

"Pienso en mi abuela paterna. Ella es muy creativa y tiene una habilidad con las manos única."

"Creo que a mi padre le gusta mucho crear, porque ensambla máquinas, estructuras."

Concepto de sí mismo:

"Eh ser creativo es este hacer cosas nuevas y ser innovador es hacer cosas nuevas. Porque sino, si vas a hacer el típico blazer, entonces solamente hago copia. En cambio a veces veo cortes, colores, hacen estampados, intervienen las telas. Para hacer eso tienes que ser creativo y ese grado de creatividad hace que uno sea innovador. Si es una popelina o un encaje, trata de hacerlo más. Representarlo más, explotarlo más".

Biografía:

"en cuanto a música, en cuanto a las cosas artísticas, se ve que tienen mucha facilidad en cuanto a crear. Tenemos este, cantantes muy reconocidos, diseñadores, muy reconocidos, he visto también señoras, que tienen una facilidad para hacer las cosas y son muy creativas". "Veo personas de bajos recursos, que tienen una creatividad única, facilidad, pero no tienen el medio cómo explotarlo".

"Entonces, veo cosas que ella ha hecho y digo uauuu. Tipo brocados, tejidos en alto relieve. Cómo es que ella lo hacía ? Bordados a mano. Eso es algo que dices uauu."

"Porque, porque tu le dices que haga algo, y ya con más facilidad te lo va haciendo. Yo veo el caso de Alejandra, que tiene mucha mucha mucha facilidad en eso, es muy creativa. Le dijeron en Lencería, y al día siguiente tenía LOS bocetos y decía uauu"

Situación:

"Porque al final yo digo, este, yo termino Modart, quiero hacer mi año fuera, y no sé si me voy a meter de fondo en cuanto a las pasarelas, y va a salir mi nombre a distinguirse o si voy a poner una marca y sinplemente sacar sacar sacar ropa y que nadie me conozca como Genaro Torres sino como que tiene la marca. "

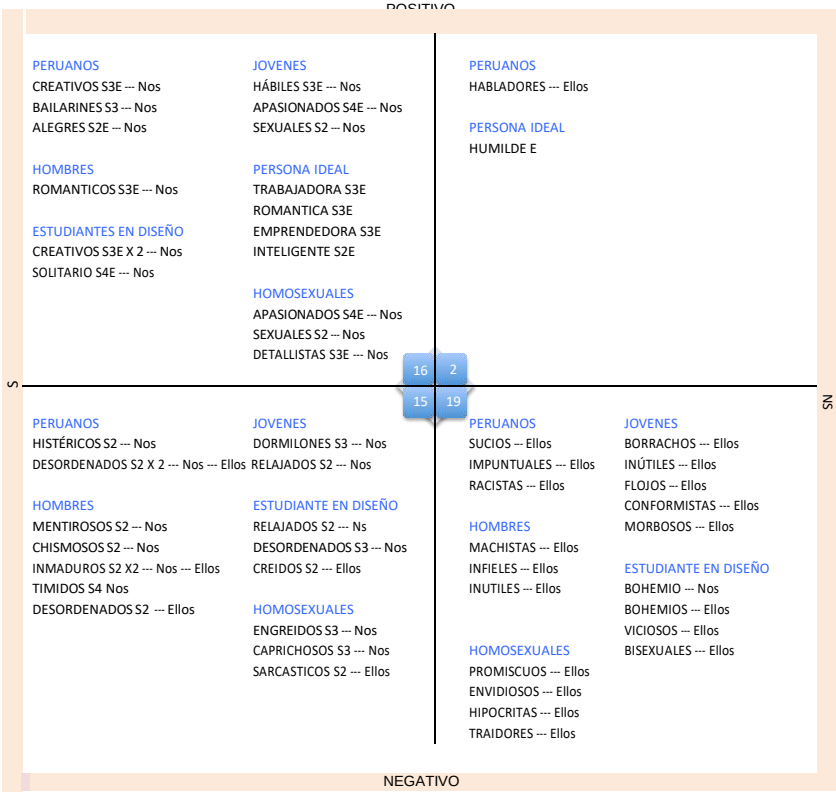
Valor motivacional:

"En cuanto tengo que hacer, me cierro y dejo que todo fluya. Y creo que me fluye todo más cuando estoy en silencio, con una buena música y estoy solo solo totalmente. Y empiezo a sacar cosas, sacar cosas, sacar cosas. Pero si estoy en un espacio donde hay varias personas. Escucho los buses, no sé los teléfonos sonar… y todo eso es como que me obstruye en cuanto a cuestiones de creación, no ? Y yo sí me considero, porque veo que sí puedo dar. No sé cómo verán otras personas, pero ese es el concepto que yo tengo, no.. que yo si puedo dar y que si bien no es algo que todas las personas podrían en cuanto a diseño de modas ponerse, porque no a todos le gusta, pero yo sí creo que soy una persona creativa, y de eso estoy seguro."

GENARO – AÑO III

Genaro tiene 21 años, acaba de finalizar los tres años de estudios y solo le falta completar un periodo de prácticas profesionales para recibir su certificación. El año 2013 (marzo-diciembre) correspondiente al último año de estudios ha sido

complejo para Genaro. A principios de año, le diagnosticaron a su madre un cáncer en el cerebro. A la hora que redactamos estas líneas lamentablemente se encuentra en la etapa final de la enfermedad. La segunda mitad del año estuvo dedicada a la construcción del proyecto final de estudios (colección de diseño de modas) y Genaro eligió inspirarse en el cáncer como concepto de colección y bautizó ésta con un nombre creado en base a los nombres de su madre "Sarena". Un proyecto personal y profesional que le valió tener que enfrentarse a una mala predisposición del jurado por el tema inspiración escogido, el día de su evaluación final. Sin embargo, Genaro, por su carácter rebelde (-) y emprendedor (+) asumió con entereza y madurez su elección como un tributo a su madre.



(EEIS) GENARO TORRES --- 3ER AÑO ---

Dado el contexto en el que se encontraba Genaro podríamos haber esperado encontrar un espacio elemental desequilibrado con una fuerte carga negativa en los espacios del YO- y NO YO-. Sin embargo, notamos que de los tres años analizados, bien podría ser este el más equilibrado de todos. Por primera vez el grupo de los jóvenes está presente en el espacio de identificación positiva. Notamos igualmente que hay un retorno inclusive semánticamente a ciertos temas tratados en el primer año. Al describir a la persona ideal (*trabajadora, romántica, emprendedora, inteligente*), Genaro nombra abiertamente a su padre como referente identitario, "yo siempre busco el ejemplo de mi papá… Porque mi papá no es una persona preparada, que ha tenido estudios superiores, pero nunca se conformó con lo que tenía, y siempre quizo tener más y más y más. Y bueno ha llegado donde ha llegado por lo mismo. Eso es ser emprendedor, no ser conformista."

En el espacio del YO+, reencontramos el tema *ser creativo* al igual que el tema *ser trabajador*, y aparece un nuevo tema que pasa del YO – al YO + este año: el *ser solitario*. Asimismo el *ser apasionado* podría considerarse como un subtema en este espacio.

El *ser creativo*, sigue estando fuertemente vinculado a la *habilidad* técnica que tienen las mujeres con "ese don con las manos que te hacen cosas perfectas" y a la vez a la capacidad de innovar, de ir más allá de las reglas, "a mi me parecen innovadoras, crean, a veces les puedes dar pautas y ellas mismas comienzan a hacer las cosas". La creatividad como *habilidad* que aporta el ser joven, "tenemos muchas cosas frescas, muchas ideas, cosas que queremos hacer… yo considero que soy una persona hábil" y especifica "yo me refiero a eso habilidad, no ser tan torpes". Esta capacidad se completa con la energía motivacional que aporta el ser *jóvenes* y *apasionados,* "porque a esta edad es que nosotros encontramos algo que realmente nos apasiona" y reafirma su proyecto profesional a través de lo experimentado, " diseño de modas… me apasiona bastante, quiero seguir experimentado, quiero seguir buscando, ir por otras ramas, hacer mis prácticas, aprender más, hasta llegar al punto que algo realmente me guste y seguir esa línea."

La importancia estructural que tiene el tema del trabajo, hace que cada vez vaya cobrando más fuerza semántica, incorporando subtemas que tienen que ver con las capacidades como el *ser emprendedor, no ser conformista*, ser útil, ser independiente y perfeccionista. Genaro ha ido construyendo una identidad profesional como *creativo* vinculada al universo del trabajo, y esto se ha ido dando a través de la práctica en la que ha podido medir y ajustar sus habilidades consolidando un fuerte sentido de sus capacidades. Genaro hace un descubrimiento importante con relación a su formación y al rumbo profesional que desea

tomar. Partiendo del hecho que Genaro viene verbalizando la importancia de sentirse útil y la h*abilidad* que tiene para hacer cosas con las manos, aplicadas al diseño de modas dice: "Porque si bien el diseño es dibujar, me di cuenta acá que tener un buen patrón es esencial… porque nadie como tú va a captar tú idea, entonces tú mismo desarrollas, haces tu prototipo. Entonces las cosas te van a salir bien. Y parte de mi perfeccionismo es que las cosas se vean bien al gusto de la persona". A través de sus prácticas profesionales Genaro pudo descubrir este aspecto del diseño que lo ha motivado a seguir ese camino, "en cuanto al diseño de modas y los moldes y todo eso, me di cuenta cuando empecé a trabajar con Malena (patronista), y ya veía como ella misma los hacía y yo me dije uau, yo quiero llegar a ese nivel y hacer todo y desarrollar yo mismo todo y después ordenar como tiene que ser. Me parece un buen camino". " Siento que más que artista podría casi ser un diseñador de modas **no me veo tan artista**, me veo más técnico. Más agarrar mi papel, desarrollar el molde, y me transporto al espacio… más me gusta la parte que es moldería y la confección, **por eso te digo que soy más técnico**." Esta certeza modificó en Genaro sus relaciones con el Otro y la Sociedad, haciéndolas más flexibles y tolerantes. Es muy probable que el hecho de haber aceptado su homosexualidad, incluso abiertamente su sexualidad (*sexuales* y *apasionados*), le haya dado la confianza para existir, "al comienzo me daba un poco de temor pero ahora digo, esa es mi carrera, en eso voy a estar metido toda mi vida, no puedo intimidarme con eso, no?" y terminamos con sus palabras "yo creo que hombres como mujeres, deben saber hacer de todo, planchar, lavar, cocinar, criar hijos… porque ya los tiempos cambiaron".

Tras analizar el discurso de Genaro de su tercer y último año de formación encontramos cuatro palabras identitarias: CREATIVO, EMPRENDEDOR (trabajador, no conformista, útil), ROMANTICO, HISTÉRICO.

PALABRA IDENTITARIA: CREATIVO (AÑO III)

Significado:

Habilidad técnica (mujeres). Capacidad para innovar (Diseñadores). Un potencial como emprendedor.

Recodificación y prototipo:

"Veo cómo esas mujeres, tienen ese don en las manos que te hacen las cosas perfectas, los acabados perfectos, y tú te dices, es un bordado a máquina, no, es un bordado a mano!".

"me di cuenta cuando empecé a trabajar con Malena (patronista), y ya veía como ella misma los hacía y yo me dije uau, yo quiero llegar a ese nivel y hacer todo y desarrollar yo mismo todo y después ordenar como tiene que ser. Me parece un buen camino."

Concepto de sí mismo:

"Si eres diseñador tienes que presentar algo innovador, entonces hay que ser creativos, en cuanto a intervenir telas, el bordado que escoges, la textura que le vas a poner, todo lo que le puedas poner, es parte de la creación, hay gente que le das un pedazo de tela y te hacen maravillas y simplemente hay personas que le das y se quedan como este.. la verdad no sé que hacer, no le fluye". (Capacidad)

"Ser diseñador es ser creativo, atreverse, experimentar, probar". (Acción y capacidad)

Biografía:

"Más que artista… me veo más técnico. Más agarrar mi papel, desarrollar mi molde y me transporto en el espacio y más o menos veo que esto tiene que quedar así, tiene que quedar asá."

Situación:

"Porque ha habido veces que la gran mayoría de los books que he hecho acá me han costado bastante trabajo porque me bloqueo demasiado, y … porque a veces quiero sacar cosas nuevas, quiero que se vea bien, y el simple hecho que me tenían acá que "muy señora" "muy señora" "muy señora" "muy señora", pero era lo que me salía no? Y Ferrand me decía, tienes que hacer algo como que más moderno, que se vea joven más de chica, y trataba de quemarme la cabeza para que no se vea señora y al final terminaba haciendo algo señorial, entonces a mi me frustraba bastante. Trataba de ver referentes sin llegar a copiar, y sí más me gusta la parte que es moldería y la confección, por eso te digo que soy más técnico. "

Valor motivacional:

"Diseño de modas para mi es algo nuevo, me apasiona bastante, quiero seguir experimentando, quiero seguir buscando, ir por otros ramas, hacer mis prácticas, aprender más, hasta llegar al punto que algo realmente me guste y seguir esa línea. A eso me refiero."

"Crear es el estado más sublime porque te sientes pleno, como se diría que hacer el amor cuando creas, te sientes contento, escuchas música, comes, te sientes con la adrenalina."

CONCLUSIÓN

Palabras identitarias		
Año 1	Año 2	Año 3
CREATIVO	CREATIVO	CREATIVO
DINERO	TRABAJADOR	EMPRENDEDOR
ACOGEDOR	CABALLERO	ROMÁNTICO
REBELDE	INTOLERANTE	HISTÉRICO

La metodología IMIS a través del análisis puramente discursivo nos ha permitido revelar los procesos identitarios que relacionan acción, capacidad y proyecto. Según el modelo teórico del sistema capacitario (Costalat-Founeau), hemos podido comprobar el rol que cumple la capacidad como activador de las fases indentitarias. El reconocimiento por parte del Otro (como en el caso del profesor Ferrand para Genaro), al igual que por sí mismo, se van construyendo sobre la marcha y el sentimiento de capacidad depende en gran medida de la acción y del contexto. Cuando existe una buena adecuación entre capacidad, acción y contexto, el individuo se siente predispuesto para actuar lo que refuerza la confianza en sí mismo. Esta situación es en la que se encuentra Genaro en estos momentos en los que ha definido sus habilidades creativas y sabe por experiencia que "es más técnico". Sin embargo, mientras cursaba el segundo año de estudios atravesaba una fase de difusión representacional, en la que todo se le tornaba confuso llegando incluso a dudar de sus capacidades para seguir esta formación. Un diseñador de modas se dedica a crear, y este es un proceso muy personal y subjetivo y por lo mismo tiene una incidencia directa en la construcción de su identidad. De igual manera, el sentimiento de saberse capaz de crear, o de ser creativo es indispensable para actuar y construir un proyecto. En repetidas ocasiones los estudiantes dicen "tienes que empezar a hacer" para que las ideas fluyan. Es importante también recordar que Genaro durante estos tres años estuvo en etapa formativa, la cual justamente le permitió ir descubriendo y afinando su sistema capacitario. Es interesante notar que si bien la palabra-fuerza creativo ha sido la más constante durante estos años, el contenido semántico ha variado según las experiencias vividas y su impacto emocional en la memoria.

Las palabras-fuerza "movilizan la pasión y contienen una voluntad y un proyecto" (Zavalloni & Louis-Guérin, 1984, p.69). En el caso de Genaro hemos podido comprobar de manera longitudinal que ser *creativo* (hábil, innovador) y ser *trabajador* (emprendedor, útil, perfeccionista) son dos palabras-fuerza que estructuran como dos pilares su entorno interno definiendo sus relaciones con el Otro y la sociedad. Genaro finaliza sus estudios con un proyecto profesional claro que demuestra la coherencia subjetiva existente entre él, su historia y su entorno.

BIBLIOGRAFÍA

Guichard, J. (2004). Se faire soi. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*

Baubion-Broye, A., & Hajjar, V. (1998). Transitions psychosociales et activités de personnalisation. In A. Baubion-Broye (Éd.), *Evénements de vie, transitions et construction de la personne* (pp.17-43). Saint-Agne : Eres.

Costalat-Founeau, A.M (2008). Identité, action et subjectivité, le sentiment de capacité comme régulateur des phases identitaires, *Connexion*s, nº89.

Costalat-Founeau, A.M (2005). Identité Sociale et égo-écologie, théorie et pratique. Psychologies des dynamiques interculturelles. Fontenay-sous-Bois: SIDES.

Erickson, E.H. (1972). *Adolescence et crise. La quête de l'identité*. Paris: Flammarion.

Goffman, E. (1973). *La mise en scène de la vie quotidienne*. Paris: Éd. De Minuit.

Guichard, J. (2004). Se faire soi. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*.

Martinez, N. & Costalat-Founeau, A.M (2005). Comparaison de deux situations de réussite confrontée et normalisée chez les lycéennes d'origine culturelle différente, *Connexions*, 83, 142-164.

Mc Dougall, J. (2008). *L'artiste et la psychanalyse*. Paris: Presses Universitaires de France. P.18.

Dubar, C. (1998). Identité professionnelle et récits d'insertion. Pour une aproche socio-sémantique des constructions identitaires. *L'Orientation Scolaire et Professionnelle*. 27. 95-104.

Mary, G. & Costalat-Founeau, A.M (2013). *Identité, action et projet*.

Mary, G. & Costalat-Founeau, A.M (2013). *Projet professionnel et dynamique identitaire. Une aproche socioconstructiviste.*

Vygotski, De L. (1934). *Pensée et langage*. Paris: La Dispute, traduction de F. Sève, 3ème édition. 1997.

Zavalloni, M. & Louis-Guérin, C. (1984). Identité sociale et conscience: Introduction à l'égo-écologie. Montréal: PUM.

Zavalloni, M. (2007). Égo-écologie et identité: Une aproche naturaliste. Paris: PUF.

CULTO A LA IMAGEN, SACRIFICIO DEL CUERPO

SILVIA TURBERT

Doctora en Psicología, Psicoanalista

Mi querida amiga y colega Silvia Tubert acaba de morir. Mi intención de aportar sus trabajos para la Revista tuvieron la función de que Silvia pudiera mantener su aporte profesional hasta el final de su vida, y de que la SEPTG pudiera recibir dos artículos de una de las clínicas y pensadoras más brillantes del pensamiento psicoanalítico en lengua hispana como por ejemplo en el tema de género. Ella aceptó contribuir a una Sociedad como la nuestra, a la que no perteneció pero que respetó. El último artículo lo finalizó con un gran esfuerzo, porque debido al cáncer ya le fallaba la vista y el equilibrio. Unos días después entró en la fase terminal de su enfermedad. Lo quería contar por si se puede adjuntar cuando se publique su trabajo, ya que demuestra la conducta de una profesional con una actitud de resiliencia hasta el momento de su muerte.

Susana Volosin

RESUMEN

La demanda de cirugía estética pretende restaurar el narcisismo herido. Sin embargo, aunque se busca modificar la imagen, las intervenciones se realizan en el cuerpo, que no es un mero organismo, pues en él se encarna un sujeto, con experiencias y una historia personal, familiar, amorosa, profesional, en la que se organizó su corporalidad. Historia y experiencias dejan huellas corporales: intervenir en el cuerpo implica intervenir en la subjetividad y en la historia personal.

Las causas de insatisfacción son diversas; es necesario investigar en cada caso qué hay más allá de la demanda manifiesta. Pensar que en la petición de aumento o reducción de mamas sólo está en juego el deseo de parecerse a ciertos modelos es quedar en la superficie. Como las mamas son caracteres sexuales significan-

Ex-Profesora Titular de Teoría Psicoanalítica, Univ.Complutense de Madrid (Colegio Univ. Cardenal Cisneros). Profesora Invitada del Master en Psicoterapia Psicoanalítica de la Universidad Complutense de Madrid.

Autora de: *La muerte y lo imaginario en la adolescencia, La sexualidad femenina y su construcción imaginaria, Mujeres sin sombra. Maternidad y tecnología, Malestar en la palabra. El pensamiento crítico de Freud y la Viena de su tiempo, Sigmund Freud (Introducción a la teoría psicoanalítica), Un extraño en el espejo. La crisis narcisista de la adolescencia, Deseo y representación. Convergencias de psicoanálisis y teoría feminista.*

Editora de: *Figuras de la Madre, Figuras del Padre,* y *Del sexo al género. Los equívocos de un concepto.*

tes de la feminidad, es probable que la demanda se vincule con el significado que cada mujer atribuye al hecho de serlo y con su vivencia de la feminidad.

Las influencias externas no actúan sólo cuando se solicita la operación sino que intervinieron en la historia previa, pasando a ser internas por identificación. Es el caso de niñas cuyo malestar con su cuerpo se origina en familias que no han aceptado su sexo, le han asignado significaciones negativas, o les han transmitido su rechazo a ciertos rasgos físicos.

Si bien debemos atender a los diversos agentes que incitan al consumo injustificado o adictivo de intervenciones estéticas, es imprescindible considerar las motivaciones que subyacen a cada demanda, cuyas raíces se encuentran en la organización subjetiva singular, la historia que la ha configurado como tal, la vivencia del cuerpo, los posibles trastornos de la imagen corporal, y las relaciones intersubjetivas en las que participa cada mujer.

INTRODUCCIÓN

Antes de la irrupción de la crisis financiera, España era el primer país de la Unión Europea en número de intervenciones estéticas, y el cuarto país del mundo, por detrás de Estados Unidos, Brasil y Argentina. Tal fue el auge de la cirugía estética en los años de bonanza económica y su consideración como un gasto más en muchos hogares, que se lo incluyó en el Índice de Precios al Consumo, como un artículo de consumo más, para calcular la inflación anual. A pesar de la crisis, en 2009 volumen económico de esta especialidad superó los 100 millones de euros, con más de 100 mil intervenciones. Esto indujo al Instituto de la Mujer a realizar un estudio prospectivo sobre esta cuestión. Este texto se basa en parte de mi contribución a dicho estudio.

Estamos ante un fenómeno complejo, que requiere considerar factores de diversos órdenes

a. Factores subjetivos relativos a la exigencia narcisista de ajustarse a un modelo ideal para mantener el nivel de auto-estima.
b. Factores relacionales referidos a la imagen corporal requerida para lograr reconocimiento o valoración en el mercado laboral y erótico.
c. Factores histórico-sociales y culturales que sitúan a la mujer como objeto, lo que obstaculiza la asunción y expresión de su subjetividad.
d. Rasgos de nuestra sociedad asociados al auge del "culto al cuerpo".
e. La oferta que genera la demanda, propia de una sociedad de mercado.

Pero la preocupación por aproximar la imagen corporal al modelo ideal se vincula también con las ansiedades que genera el cuerpo, como sede de necesidades, placeres y dolores. Si bien el cuerpo nos dota de posibilidades, también impone exigencias y limitaciones que pueden obstaculizar nuestros proyectos. El cuerpo, y sobre todo su imagen, es el medio material por el que nos incluimos en el espacio social, donde rigen convenciones que regulan no sólo comportamientos y actitudes sino también el aspecto estético. Luego, a las limitaciones propias de la pertenencia a la especie, a un sexo codificado en términos de género y a la finitud, se suman las convenciones del *mercado*, ya sea laboral, relacional o erótico.

De modo que el cuerpo no es meramente un dato natural sino que, en la intersección entre procesos vitales y sistemas de representaciones, hay una *producción* de corporalidad, cuyas diversas modalidades dan lugar a versiones heterogéneas del cuerpo. Si bien somos organismos vivientes, la corporalidad –experiencia del propio cuerpo- se aparta de la naturaleza porque en el organismo se encarna un ser hablante, que se constituye y adquiere significación como sujeto en el marco de la cultura, en un universo lingüístico. Un *corpus* de discursos, imágenes, símbolos y prácticas, orientados por valores éticos y estéticos, *toma cuerpo* en el organismo, sujeto tanto a su propia materialidad y finitud como a las relaciones de poder que establecen las condiciones de posibilidad -o imposibilidad- de su existencia. Pero no podemos asumir un constructivismo absoluto que desconocería la dimensión real del cuerpo para convertirlo en un hecho exclusivamente discursivo. La posición subjetiva se sostiene en un cuerpo, con posibilidades y limitaciones, soporte de la necesidad, placer y dolor. La potencialidad erógena de este cuerpo, su dimensión pulsional, es la fuerza energética que sustenta su funcionamiento.

Pero la imagen corporal incluye otras dimensiones, que se desarrollan en la historia personal, en función de la imagen de sí que el infante ve reflejada en la mirada de la madre y los otros significativos de su entorno. La valoración de esa imagen depende de lo que los otros perciben, proyectan y transmiten. La niña se identificará con esos referentes. Luego, la imagen en el espejo nunca es neutra, sino que será "interpretada" de diferentes modos, según el reconocimiento de los otros. Este depende de si se ha tratado de un hijo/a deseado/a, de si el sexo del bebe ha sido el esperado, de cómo la madre, el padre (y más tarde el entorno) entienden la feminidad y la masculinidad, del modo en que haya vivido cada cual el hecho de ser hombre o mujer, de la relación deseante existente (o no) entre ambos.

Así, los ideales culturales se transmiten originariamente en la familia, con los matices propios de diversos estratos socio-económicos, educacionales, laborales, nacionales y regionales, modulados por la subjetividad de los transmisores. El Ideal del Yo incorpora los modelos, que el Yo intenta emular para mantener su equilibrio narcisista. Un lugar central en este ideal corresponde a las representaciones de la feminidad y la masculinidad, tanto en lo que respecta al comportamiento como a la imagen corporal, de modo que en él desempeñan un papel importante los valores estéticos, mientras que los éticos o normativos son principalmente acogidos por el Superyó. ***La satisfacción con la propia imagen y, por tanto, la auto-estima, depende de la aproximación al modelo idealizado***. La valoración positiva resulta de la cercanía al prototipo; la imposibilidad de amoldarse a él genera, en cambio, sufrimiento narcisista, disminución de la auto-estima, desvalorización de la propia persona, y hasta depresión.

La imagen estética que la mujer coloca en el lugar de su Ideal del Yo lleva a desconocer la singularidad de sus deseos y de su cuerpo real. Esto conduce, en muchos casos, a la manipulación de los cuerpos al servicio de las exigencias del ideal. Las mujeres pueden enajenar su cuerpo en la medida en que, como todo sujeto, deben registrar su experiencia corporal a través de un lenguaje y unas imágenes que mediatizan la relación con él.

Las representaciones del cuerpo producidas por los discursos científicos, filosóficos, estéticos o religiosos, no son abstracciones: actúan como regulaciones prácticas que no sólo modelan sino que *construyen* el cuerpo. Foucault afirma que el poder no necesita usar la violencia física para imponer sus reglas; basta con una *mirada* vigilante que cada cual interioriza, y así se auto-controla. Como las mujeres están más sujetas que los hombres a este control -por su subordinación social y familiar- la maquinaria normalizadora reproduce la codificación de las diferencias y relaciones de poder entre los sexos.

EL CULTO AL CUERPO

Cuando hablamos de "culto al cuerpo" como rasgo de nuestro tiempo, diferenciándolo de la preocupación por el cuerpo que ha existido a lo largo de la historia, nos referimos a los procedimientos para hacerlo coincidir con un modelo ideal, que aúna perfección y juventud, que reniega las limitaciones y la caducidad. Desde el punto de vista de la subjetividad, el culto al cuerpo refleja una poderosa intensificación del narcisismo.

En todas las sociedades y épocas se han creado técnicas para ajustar el cuerpo a ciertos cánones de salud y belleza, que se suponía asociados con la salud y la belleza espirituales, como dietas, ejercicios, cuidados médicos y modas. En el siglo pasado se sumó el desarrollo y auge de la cirugía con fines estéticos. En la sociedad capitalista post-industrial el incremento cuantitativo en las tecnologías del cuerpo dio lugar a un salto cualitativo. Algunos factores que inciden en este culto son el consumismo, el individualismo y la razón instrumental, referidos a la imagen corporal y al narcisismo. (Tubert, 2009)

Por un lado, la exigencia de satisfacción de las pulsiones se enfrenta con la imposibilidad de hallar un objeto adecuado y definitivo que nos proporcione la "felicidad" y colme toda carencia. Esto nos encadena al consumismo, porque el mercado ofrece continuamente nuevos objetos que prometen el acceso al goce absoluto, a la satisfacción tanto de los deseos referidos a objetos externos como de las necesidades narcisistas de auto-estima y plenitud. Por otro, nuestras carencias como seres humanos que no pueden ser enteramente auto-suficientes, se oponen a esa imagen ilusoria de unidad y plenitud. Esto nos lleva a demandar lo que nos ofertan, que no es sólo un objeto de uso sino un símbolo de *ser* y de *poder*.

Una buena consumidora debe olvidar las exigencias de su Ideal del Yo, pues para alcanzar los modelos y fines que éste le propone, debería tolerar la distancia que lo separa de su Yo. Ésto requiere reconocer las insuficencias y limitaciones del Yo real, lo que, aunque hiere al narcisismo, es condición *sine qua non* para desear y sublimar. Pero en la medida en que disminuye la función del Ideal del Yo, se intensifica la regresión a una figura primitiva del Superyó que, al servicio de la exigencia narcisista de plenitud, potencia el consumo irrestricto, cuyo paradigma es el consumo de drogas. El consumismo ejemplifica así el aspecto "más pulsional de la pulsión", que Freud conceptualizó como pulsión de muerte y se refiere, más allá de la búsqueda del placer que nos liga a la vida, a la exigencia de un goce absoluto que aspira a la eliminación de todo deseo. (Freud, 1984a) Así, el Ideal del Yo es sustituido en parte por el Superyó y en parte por el Yo ideal, "ideal" desde el punto de vista de las pulsiones, es decir, que abandona su función de satisfacerlas o controlarlas de acuerdo con la realidad y con las exigencias éticas. Ideal, también, en tanto sostiene las ilusiones infantiles de omnipotencia.

Con respecto al individualismo, si bien tiene una larga historia, está alcanzando cotas cada vez más elevadas. Según L, Dumont, es el valor cardinal de las sociedades modernas pero lleva a la ceguera ante lo social. Se valora al ser hu-

mano como sujeto independiente y autónomo, al precio de ignorar la totalidad social o relegarla a segundo plano. (Stolcke, 2001)

Así, se bloquea la circulación de la libido, en la medida en que el Yo adquiere preeminencia sobre el objeto; el narcisismo aumenta en detrimento del amor. Una de las fuentes de la autoestima es el amor que nos proporcionan los demás. (Freud, 1984b) Pero este rodeo es más complicado e incierto que el cortocircuito que sustenta la autoestima a partir de la libido narcisista. Resulta más fácil renunciar al objeto, regresando al narcisismo infantil. Pero, como en el mito, el narcisismo se sostiene en la contemplación de la propia imagen, a expensas del cuerpo erógeno, que se desvanece junto a las marcas de la necesidad, el dolor y el placer.

Finalmente, la razón instrumental **s**e interesa por los medios más eficaces o económicos para lograr sus objetivos, despreocupándose de sus efectos y de toda reflexión al respecto. (Taylor, 1994) El desarrollo tecnológico se desprende tanto de sus fundamentos científicos como de referentes éticos para seguir su propia lógica, que se puede resumir con la frase "todo lo que se *puede* hacer se *debe* hacer". Esta lógica, propia de una *concepción tecnológica* de la existencia, alimenta un imaginario colectivo que confía en la satisfacción de toda necesidad, la eliminación de todo sufrimiento, la solución de todo conflicto, el logro de la belleza y de la eterna juventud.

EL DISCURSO DE LA CIRUGÍA ESTÉTICA

A lo largo del siglo XX se transformaron las identidades sexuadas y las categorías y relaciones de género, lo que generó inquietud, tanto individual como social. Uno de los cambios más importantes ha sido la presencia creciente de las mujeres en el espacio público y el aumento de su capacidad de tomar decisiones sobre su vida y su cuerpo. Correlativamente, la moda, la publicidad y diversas tecnologías, entre las que la medicalización desempeña un papel importante, codifican de manera cada vez más rigurosa los cuerpos femeninos. Las intervenciones en ellos pueden tener fines opuestos: garantizar su función procreadora, como en el caso de las técnicas de reproducción asistida, o formalizar el ideal estético de la feminidad no maternal. (Tubert, 1992: 137-153)

La medicina y la cirugía estéticas son vehículo de representaciones que asocian el éxito sexual, laboral o social, la capacidad de seducción, la identidad, a estereotipos impuestos a los cuerpos sexuados, codificando la masculinidad y la feminidad, y subordinando el valor del sujeto a la coincidencia son esos estereotipos. La publicidad de la medicina y la cirugía estéticas no se limita a

la promoción de productos, sino que se origina en el imaginario social y contribuye a reforzar los estereotipos, ofreciendo a las mujeres *modelos de identificación y de auto-percepción*, patologizando y medicalizando el aspecto físico. Las intervenciones estéticas contribuyen a asignar a las mujeres los valores imaginarios de la adscripción al género femenino, para confirmar su "adecuada" pertenencia a su sexo. Para los hombres, una de las ofertas más publicitadas concierne al alargamiento del pene: el tamaño se asocia a la "performance" sexual, rasgo importante en la construcción de la masculinidad.

Según el *Diccionario* de la R.A.E. la Medicina es la "Ciencia y arte de precaver y curar las *enfermedades* del *cuerpo* humano". (*Diccionario de la Lengua Española*, 2001) La Sociedad Española de Cirugía Estética ofrece una definición significativamente diferente de su objeto:

> Es la cirugía del *aspecto* de la persona. Dedicada a mejorarlo, modificarlo o adaptarlo, según los *cánones* que dictan los usos, las costumbres, gustos o modas. (sece.org.)

La Sociedad Española de Medicina Estética, por su parte, se refiere ambiguamente a "los aspectos inestéticos del paciente", (seme.org) Y la Asociación Española de Cirugía Estética Plástica entiende que

> El fin primordial de la Cirugía Estética es dar al paciente una imagen corporal más de acuerdo con su concepto de la belleza y con su ego. (aecep.org)

Entre el concepto tradicional de la medicina y las definiciones de las técnicas estéticas se ha producido un salto conceptual enorme: el cuerpo humano como objeto de cuidados fue sustituido por el *aspecto* o imagen, y la preocupación por la salud o enfermedad fue sustituida por la atención a los *cánones* sociales.

Llama la atención la *terminología* empleada por los especialistas, pues la elección de los vocablos traduce una visión de las cosas. En el estudio mencionado se recogen estas palabras de un cirujano estético: "la gente no quiere tener los *estigmas* del envejecimiento"; las connotaciones negativas del término indican que las huellas del paso del tiempo son patológicas o vergonzosas. Añade que algunas personas "están dispuestas a hacer grandes *hazañas* para borrarlos", sugiriendo que recurrir a la cirugía es un acto *heroico*. Otro clasifica a las mujeres en dos grupos, definidos por una *exageración* tal de sus características que se convierten en *patológicas*: unas se *obsesionan* tanto que desarrollan trastornos de la alimentación o se operan; otras se *abandonan* y acaban obesas. Alguno ha llegado a afirmar que a los hombres les gustan más las mujeres "cuanto *más*

operadas y *más hechas*", "con atributos más abundantes...en cuanto a pechos, a glúteos, en cuanto a exageración".

Los *cambios* en los modelos imperantes conducen a la repetición y banalización de las intervenciones. En el marco de la investigación mencionada, un cirujano asevera: "los pechos *no se llevan* tan grandes como hace dos años…como la informática y todo eso, *van cambiando muy rápido las cirugías*…muchas mujeres se están quitando pecho, se están quitando labio...quieren cosas más *naturales*" que, paradójicamente, promete conseguir mediante la *técnica*. Se *naturaliza* al producto de la técnica al afirmar que "una nariz mal formada *cambia* la fisonomía", negando que es la cirugía la que efectúa el cambio, y no un rasgo genéticamente condicionado. La *imagen ideal* construida, no solo cultural sino quirúrgicamente, adquiere primacía; la *realidad corporal* se percibe como fallida por su distanciamiento del modelo.

Otra afirmación paradójica: la cirugía estética "va muy bien, mucho mejor, para gente *joven*...en una persona *guapa* y con buen tipo, es lo ideal…la estás dejando *perfecta*..." Pero ¿por qué operar a una persona joven y guapa? ¿Es posible alcanzar la perfección?

¿Cuál es el efecto de esta ilusión tecnológica, que se pone al servicio de la realización de todos nuestros deseos, especialmente los narcisistas, sin límite alguno? Podemos pensar que se ha producido un cortocircuito en lo simbólico porque se intenta, por todos los medios, colmar carencias y obturar conflictos inherentes a la existencia humana mediante la producción de una imagen o "aspecto" considerado ideal. Se sustituye la reflexión, la elaboración de la angustia mediante el pensamiento y la sublimación, por el "pasaje al acto".

Lejos de la unidad y la plenitud imaginarias, el acceso a lo simbólico, que supone la multiplicidad del ser y su falta de plenitud, nos lleva a la incertidumbre y al cuestionamiento acerca de nosotros y del mundo que nos rodea, a la pregunta por el sentido de la existencia. En oposición al carácter monolítico de una identidad imaginaria, la articulación simbólica introduce el reconocimiento de la diferencia, no solo entre Yo y el Otro, sino en el seno del sujeto, escindido por la alteridad del inconsciente. Con el colapso de este referente, las distintas dimensiones del cuerpo se disocian y fragmentan, con el consiguiente efecto de alienación:

1. El organismo se torna transparente; potencialmente, todo se puede ver, dividir y modificar en el cuerpo, que pierde su unidad orgánica para convertirse en un conjunto de "órganos sin cuerpo", según la expresión de Rosi Braidotti. (Braidotti, 1987)

2. La imagen especular se desprende del cuerpo real, desorganizando la corporalidad (experiencia subjetiva del cuerpo), pues el sujeto no se reconoce en ella y, en consecuencia, tampoco en su cuerpo.
3. Se pierden referentes subjetivos, se borra el sujeto deseante en la medida en que se rebaja el deseo a la categoría de necesidad o imperativo superyoico.
4. Se pierden los referentes de la sexualidad y de la sexuación: la libido se desprende de los objetos eróticos para sucumbir a la exigencia narcisista.
5 La imagen narcisista, a su vez, ya no se articula con la percepción, las experiencias corporales y la subjetividad deseante, sino que se exalta y pasa a ocupar el lugar del Ideal del Yo, anulando su función de orientar la actividad, los valores intelectuales, éticos y estéticos, la producción simbólica, la sublimación.
6. No obstante, sabemos que la relación con el cuerpo imaginario se articula con la mirada del Otro, de modo que el sujeto, desde el punto de vista de su Yo ideal, se observa a sí mismo como objeto del amor del Otro. La cirugía estética alienta la esperanza de obtener un plus de amor y, al mismo tiempo, un plus de goce de su cuerpo. (Siqueira, 2002)

Como corolario, los rasgos que no corresponden al canon estético pasan a ser percibidos como anormales. El cirujano plástico Tamas Rozsos afirma "Esto es restablecer la armonía... eliminar asimetrías y dar a las mujeres la oportunidad de tener rasgos *normales*." (Rozsos, 2009) (bastardillas mías) Se transforma el canon estético en norma y se"patologiza" todo lo que no coincide con dicho canon.

Una y otra vez se apela al "sentido artístico". Así, el cirujano Mato Ansorena afirma:

> Mis intervenciones son una combinación de técnica, experiencia y arte. Aparte de ser un superespecialista, el cirujano plástico debe tener sentido artístico y crear belleza. Ahí tengo la ventaja que me aporta la tradición artística de mi familia, propietaria de Ansorena, la joyería más antigua de España. (Mato Ansorena, 2010)

EFECTOS EN EL CUERPO

En este contexto, el cuerpo puede entregarse a todo tipo de intervenciones para hacerlo coincidir, en la mayor medida posible, con una imagen capaz de satisfacer, a un tiempo, anhelos narcisistas e imperativos culturales estéticos. Las intervenciones estéticas, como toda cirugía, tienen riesgos. Estos se asu-

men, habitualmente, cuando está en juego la vida o la salud, pero en el caso de la estética se expone el cuerpo real a sacrificios en aras de la imagen.

Hasta el presidente del Congreso de la SECPRE (Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética) advierte contra el exceso de intervenciones. Dice Francisco Martelo:

Existe un grandísimo estado de indefensión de la gente ante la mercantilización de la cirugía. Crean esa demanda de operaciones para tener más negocio. (Martelo, 2005)

Este cirujano entiende que en muchos casos

> ...tienes que decir que no operas a una persona que...pide...una operación que no necesita, porque lo que ves es que hay un problema de otra índole, psicológico, por ejemplo. Pero en muchos centros los operan porque sólo quieren vender. (id.)

Esto confirma que no está en juego el "culto al cuerpo" sino el *culto a la imagen*, síntoma de los procesos mencionados, a los que enmascara al tiempo que los agudiza. Se multiplican los rituales que forman parte de este culto y procuran ajustar el *aspecto* a los designios del *ego* o de la *moda*, para negar la carencia, la necesidad, la imperfección, el envejecimiento y la caducidad.

EFECTOS EN LA SUBJETIVIDAD

La demanda de intervenciones estéticas para modificar algún aspecto del cuerpo con el que no se está conforme intenta restañar un narcisismo herido. Sin embargo, aunque lo que se busca es modificar la imagen corporal, las intervenciones se realizan en un cuerpo real, y ese cuerpo no es un mero organismo sino que en él se encarna un sujeto, con sus experiencias y su historia personal, familiar, amorosa, profesional, en la que se ha ido organizando su corporalidad. Luego, intervenir en el cuerpo es intervenir en un sujeto y en su historia personal.

Por otra parte, aunque la demanda se formule en los mismos términos, las causas que motivan la insatisfacción no son nunca las mismas. Por eso es necesario investigar en cada caso particular qué hay más allá de esa demanda manifiesta. Pensar que en la petición de aumento o reducción de mamas sólo está en juego el deseo de parecerse a ciertos modelos es quedarse en la superficie. En tanto las mamas forman parte de caracteres sexuales secundarios que operan como significantes de la feminidad, es más que probable que la demanda se vincule

con el significado que cada mujer atribuye al hecho de serlo y a su experiencia de lo femenino.

Algunos especialistas han sugerido que las personas que solicitan cirugía estética deberían asistir a una consulta psicológica, así como concurren a la consulta con anestesistas; esto pondría en evidencia que la intervención a realizar afectará no sólo a una parte de su cuerpo, sino también a su persona y a su vida. El cirujano Jonathan considera en cambio que la atención psicológica puede ser necesaria en algunos casos, pero no cuando "la demanda está justificada". Lo que no queda claro es qué se entiende por "demanda justificada". Jonathan añade:

> "No es mi asunto: yo soy cirujano. Aconsejo, propongo soluciones en función de las posibilidades técnicas experimentadas y fiables."(Bryan, 2007)

No obstante, reconoce que intenta siempre determinar en qué se basa la demanda. Al referirse a la influencia externa que puede estar en juego, menciona la situación de algunas mujeres que creen que una operación, liposucción o *lifting* va a salvar su pareja; a veces acuden acompañadas por sus cónyuges, que indican qué es lo que consideran necesario quitar o agregar al cuerpo de sus mujeres. Se demandan también *liftings* alegando que a los hijos no les gusta encontrar una madre "vieja" a la salida de la escuela, o por miedo a perder el trabajo.

Recordemos que las influencias externas no operan sólo en el momento de solicitar la intervención sino que han actuado en la historia del sujeto, convirtiéndose en internas por identificación. Es el caso de niñas cuyo malestar con su cuerpo tiene sus raíces en familias que no han aceptado el sexo de la hija, que han asignado significaciones negativas a su condición de mujer, o que le han transmitido su rechazo a ciertos rasgos físicos.

Las pacientes que quedan insatisfechas con la cirugía pueden demandar nuevas intervenciones o experimentar depresiones, aislamiento social, problemas familiares, conductas auto-destructivas y hostilidad hacia el cirujano y su equipo. (Honigman, Phillips y Castle, 2004)

A.Searle, ex-presidente de la Asociación Británica de Cirujanos Plásticos Estéticos (BAAPS) afirma que algunas pacientes desarrollan una "adicción" a la cirugía cosmética o a tratamientos con Botox, buscando perfeccionar cada vez más el aspecto de alguna parte del cuerpo:

Desde mi punto de vista, la tendencia a la repetición y la conducta adictiva se instalan en la medida en que ***la intervención estética refuerza el síntoma que traslada al cuerpo un conflicto procedente de otra escena: se aspira a corregir en el cuerpo real una insatisfacción o distorsión de la imagen corporal, de otro orden. De este modo, el cuerpo se convierte en una pantalla encubridora de los conflictos del sujeto***.
El cirujano M. Mimoun acuñó el concepto de cuerpo-pantalla para indicar que hay una complejidad "que hace que no se pueda operar al paciente así como así." (Mimoun, 2002)
La dismorfofobia, trastorno dismórfico corporal o síndrome de distorsión de la imagen, es un trastorno de la percepción y valoración corporal caracterizado por la preocupación por algún rasgo que puede presentar un defecto leve o puramente imaginario. Se examina o modifica reiteradamente la parte del cuerpo que no gusta, hasta el punto en que la obsesión interfiere con otros aspectos de la vida. Entre un 7 y un 15% de las pacientes de cirugía plástica presentan este trastorno. Estas pacientes no experimentan mejoría en sus síntomas tras la cirugía, a menudo se encuentran peor y demandan múltiples intervenciones en esa u otra parte del cuerpo. El cirujano Mitz, dice que en algunos casos "se puede considerar que la cirugía estética es una auto-mutilación por interpósita persona: el cirujano", y atribuye al "ego monstruoso del cirujano" la aceptación de toda demanda. (Mitz, 2002)
La implicación de la subjetividad del cirujano, incluyendo sus estereotipos de género y su imaginario erótico, son evidentes. La cirujana plástica Hélène Bodin, relata que, cuando en un quirófano intervienen varios cirujanos en un aumento de mamas, ella siempre tiende a colocar implantes más pequeños que sus colegas varones.

> Ellos siempre quieren ponerlos algo más grandes, sin duda porque el pecho grande les parece más sexy. Pero yo siempre pienso que los senos grandes también molestan, por ejemplo al practicar deportes o al volver del mercado con la bolsa de la compra. (Bodin, 2002) ...Una mujer piensa que los tiene que llevar al margen de un episodio de seducción, porque una mujer es una mujer incluso cuando no está frente a un hombre. (Bodin, 2002)
>
> ... los cirujanos plásticos tenemos que estar preparados para rechazar a aquellas pacientes que son adictas a la cirugía, como los bulímicos y anoréxicos, que nunca van a estar satisfechos con su imagen por perfecta que sea. (Sainz Arregui, 2004)

A las intervenciones propiamente dichas les suceden revisiones, molestias, hematomas, cambios periódicos de los implantes, sin mencionar las complicaciones que requieren nuevos tratamientos. Se establece una dependencia del sistema médico o quirúrgico que afecta a la calidad de vida y a la salud. La necesidad física de más atención médica crea a su vez una dependencia psicológica. Podemos hablar de efectos de alienación, pues hasta la forma del propio cuerpo depende de la mediación de un tercero.

La demanda ilimitada de perfección se confunde con la salud o bienestar psíquicos.

Si bien debemos atender a los diversos agentes que incitan al consumo injustificado o adictivo de intervenciones estéticas, es imprescindible tener en cuenta las motivaciones que subyacen a cada demanda, cuyas raíces se encuentran en la organización subjetiva singular, en la historia que la ha configurado como tal, en la vivencia del cuerpo, en los posibles trastornos de la imagen corporal, y en las relaciones intersubjetivas en las que participa cada mujer. Quienes trabajan en este campo deben tener en cuenta primordialmente cuáles son las expectativas y fantasías con las que cada mujer solicita su atención, y advertirles sobre los efectos reales que pueden derivar de las ilusiones que podría alimentar engañosamente.

HABLAN LAS MUJERES

Parte del trabajo de campo de la investigación mencionada consistió en la coordinación de cuatro grupos focales con mujeres que no se habían sometido a la medicina ni a la cirugía estéticas, para indagar sus actitudes y motivaciones acerca de este tipo de intervenciones. Los grupos reunieron a mujeres de diferentes edades: adolescentes (15-19), jóvenes (20-29), adultas (30-44) y mediana edad (45-59).

En algunos aspectos las opiniones de los diversos grupos son coincidentes y, en otros, hay matices en función de las edades. Agruparemos los diferentes factores que inciden en el auge de la cirugía estética, tal como se pueden abstraer del discurso grupal.

FACTORES INTRA–PSÍQUICOS

Presión ejercida desde el ideal del yo, bajo la forma de exigencia de amoldar el cuerpo al ideal cultural estético.

Desde la adolescencia, las jóvenes tienen muy claro el ideal cultural que prescribe una imagen corporal "estandarizada": delgada, alta, estilizada aunque, a diferencia de lo que sucedía en décadas pasadas, destacan la importancia de ciertas *curvas*:

> "...**alta**, no exageradamente **delgada**, o sea, con **curvas**, cadera, pecho, buen culo… Me parece más bonito eso, que gente muy delgada." (IT, G.1)
> "...hay una diferencia entre unas curvas y otras…A mí me gusta el **vientre plano** …" (LA, G.1)

Las jóvenes, desde un principio, plantean la imposibilidad de ajustarse a una figura ideal que sólo parece accesible mediante la *cirugía*:

> "...la mayoría de la gente, si adelgazas, adelgazas y si engordas, engordas…" (I, G.2)
> "...pero eso es **lo que permite la cirugía**...y eso es lo que te ofrecen... hay mucha gente que puede decir: ésta es la posibilidad…" (L, G.2)

Los comentarios de las mujeres de todas las edades dan cuenta de la *frustración* o *insatisfacción* con su propio cuerpo, causada por la imposibilidad de amoldarse a esa imagen irrealizable. Esto es más evidente entre las adolescentes:

> "...cuando voy a la playa, cuando me siento, se me salen los michelines, y yo claro, yo cojo la toalla, me envuelvo por aquí y **me tapo**..." (SI, G.1

Las mujeres que han participado en estos grupos pueden tomar cierta distancia con respecto a los modelos ideales; *cuestionan* especialmente la *sobrevaloración* social de la imagen estética, por encima de la salud y de otros aspectos de la personalidad; son capaces de sostener sus propios modelos aún cuando no coincidan con los cánones. Asimismo, consideran que el paso del tiempo da lugar a modificaciones en los patrones estéticos, o "estilos". Entre las mujeres adultas esto es más manifiesto:

> "Hace diez años, sí daba mucha importancia o... me preocupaba más mi aspecto físico, ahora **no soy tan cautiva** de ello, y **valoro otras cosas** más armónicas en la persona...para mi una persona ideal, es una persona...**equilibrada** en su carácter y, con un aspecto…cuidado, aseado." (A, Grupo 3)
> "El modelo ideal, con los años, piensas que es **que tú te sientas bien**…que estás un poquito más relleno o menos relleno lo importante es que te sientas bien… pero está claro que el modelo ideal de la calle no es ése." (J, G.3)

Pero observan los cambios que se van produciendo en el cuerpo mismo, que alteran a su vez la imagen corporal y, por consiguiente, la satisfacción o insatisfacción con ella:

> "También los años van pasando y el cuerpo ya no está igual …Cuando empiezas a **notar cambios**, también te importa, por una cuestión de salud, y por una cuestión estética... " (L, G.2)

En este caso, la preocupación por el aspecto físico alude a la inquietud generada por el transcurso del tiempo que, a su vez, remite tácitamente al envejecimiento y a la muerte; la angustia que despiertan estas cuestiones se intenta aliviar controlando la imagen, puesto que el cuerpo real no se puede controlar. De todos modos, las mujeres consideran que los modelos de género femenino no se limitan a prescribir una imagen corporal, sino que abarcan la *personalidad* y la *conducta*.

> "Yo pensaba en el equilibrio, un modelo de belleza que no sea muy exigente, pero sí **equilibrada, saludable**… **independiente, con carácter**… " (L, G.2)
>
> "... independiente, a la vez bonita, alegre… **culta**...**con estilo**..." (E, G.2)

No obstante, aunque no se centren en el aspecto físico, los modelos no dejan de ser sumamente *severos*. Esta es una constante que se mantiene a pesar de que los ideales van cambiando con las épocas y no sólo con la *edad* de las personas. Todos los grupos comentaron la modificación de los estereotipos tradicionales que se ha ido produciendo en el transcurso del tiempo histórico. Las adolescentes lo registran sobre todo a través del choque generacional con los padres, que les ponen límites:

> "Mis padres me critican por la forma…por las **pintas** que llevo…porque en su época ellos no eran así…Los **piercings** no les gustan…antes no se llevaban, y ahora…mi padre se cree que soy una **quinqui**" (LE, G.1)
>
> "Macarra en plan **yonki**..." (AM, G.1)

Sin embargo, subrayan las contradicciones inherentes a esos patrones tradicionales, así como la doble moral que convertía la represión en disimulo:

> "...la belleza no era tanto lo de fuera...sino más bien cómo eras **por dentro**...tenías que ser **buena persona**….eso también son modelos de belleza..." (P, G.4)
>
> "... el modelo de belleza era el modelo Doris Day…muy bien empaquetadas, muy bien organizadas...una **conjunción perfecta**, entre la construcción de los valores y el paquete...muchos de esos valores conjugaban con...una parte moral **hipócrita**...los valores del qué dirán...el modelo femenino era muy **contradictorio**..." (P, G.4)

Hay un amplio consenso en cuanto a que las exigencias se tornan cada vez mayores y *más agobiantes*:

> "Yo creo que ha ido variando socialmente, antes era la mujer guapa y ahora…hay que estar más o menos bien pero sobretodo hay que ser

sano, deportista, hay que tener éxito, hay que ser inteligente, saber ser... **muy polifacético**." (M, G.3)

"Tener hijos, trabajar, estar monas, altas, delgadas." (C, G.3)

A pesar de tener consciencia de ello, y de reconocer que los ideales personales pueden diferir de los colectivos, las mujeres acaban por admitir que no pueden evitar asumirlos, puesto que comienzan por ser presiones externas pero se *interiorizan* convirtiéndose en *auto-exigencias*, como muestra la siguiente secuencia:

"... la gente opina muy distinto de lo que tú piensas que es tu ideal. Porque para uno, es la responsabilidad, ser una chica inteligente, que trabaje… Pero la gente se fija mucho en el físico, primero alguien te entra por los ojos y después tratan de conocerte…" (P, G.2)

"Hay una **distancia** entre lo que personalmente queremos o pensamos que tenemos que ser y el canon de tipo de mujer…" (L, G.2)

"Yo creo que hay mucha **exigencia propia**, tienes que lidiar en ese montón de frentes y la exigencia muchas veces es propia..." (C, G.3)

"El problema también es nuestro, porque…aparecen en la televisión y todos los chicos, ¡ah!…y entonces queremos gustar a esos hombres, pero realmente **nos torturamos** a nosotras mismas...te dices: ¡debería ser así!" (LA, G.1)

El sometimiento a la presión de los modelos "de la calle" es atribuida inicialmente a *otras* mujeres. Es interesante observar cómo, tras indicar que sus cuidados se refieren principalmente a su salud y calidad de vida, gradualmente llegan a reconocer hasta qué punto se preocupan por su imagen corporal, de modo que el cuidado de la salud puede ser utilizado como justificación, para no admitir directamente la *preocupación estética*. Lo vemos en el siguiente pasaje:

"Supongo que no puedes escapar de esto, sí que te influye, a mí por lo menos ¿has probado esta crema?….al final siempre hay una preocupación por qué crema me pongo yo y...yo no me he hecho nada de estética, lo único que me he hecho de estética es la depilación láser…" (C, G.3)

"Pues yo entiendo que una se estire la pata de gallo..." (MC, G.3)

"Y se ve…monísima…y dice…y la nariz ahora ¿por qué no?...ahora puedo entender porque al final….no escapo…me influye, no sé si tuviera dinero y me pudiera hacer liposucciones, y recortarme todo, no creo que lo hiciera por el tema de meterme en un quirófano, pero ¿quién sabe?...estoy preocupada por mi celulitis y mi culo gordo…" (C, G.3)

Las adolescentes son las que experimentan este mandato con mayor intensidad, en la medida en que necesitan estructurar su identidad, no sólo como mujeres sino también como personas diferenciadas de sus padres; por eso buscan referentes identificatorios en la sub-cultura juvenil de la época como, por ejemplo, los tatuajes y piercings:

> "Sí, yo me hice este, me lo hice yo sola… este me lo pillaron y me hicieron quitármelo… Pero yo me lo quitaba y me lo ponía, y como parecía un grano no me lo pillaron nunca … tengo que estar escondiéndome las cosas, en vez de expresarme libremente y decir, 'mamá, me voy a hacer un piercing, déjame'..." (AL, G.1)

Les resulta más fácil localizar rasgos identitarios en el *cuerpo*, al que intentan amoldar a imágenes o estilos ideales y en el que se expresan sus *conflictos psíquicos*.

Influencia de la baja auto-estima (déficit narcisista), especialmente en lo que respecta a la imagen corporal.

La adolescencia es una etapa de profundas transformaciones psíquicas y corporales, que desestabilizan al sujeto y lo conducen a estar más pendiente que nunca de los cambios que se producen en su *cuerpo*, en sus *sentimientos* y en su *imagen*, especialmente en el caso de las mujeres, debido a la socialización de género. Por eso, las mujeres que han dejado atrás esa etapa la recuerdan como un momento de especial *vulnerabilidad*, por la imagen de sí mismas que le devuelven las personas cercanas (familia, amistades) y por la presión de los modelos sociales.

> "Es un tema de **autoestima**...todos hemos pasado una etapa de adolescencia en la que te ves la espinilla o el grano y no te gusta...Pero ahora es más... ves muchas **publicidades**, o en casa a veces **te llaman**... **gorda** o cosas de esas... "(J, G.3)

Esto está más claro aún en el discurso de las adolescentes, que ponen de manifiesto las consecuencias que puede tener este malestar para su salud, puesto que es uno de los puntos de partida de los trastornos de la alimentación, incentivado por los mensajes socio-culturales y familiares. La misma preocupación por la imagen corporal asociada al deterioro de la autoestima, vinculada con la anorexia y la bulimia, se percibe como uno de los factores -junto con los acontecimientos vitales desencadenantes- que pueden conducir a las mujeres a intervenciones médicas o quirúrgicas destinadas a modificar el cuerpo real para paliar un malestar cuyo origen es de carácter psíquico:

> "Yo tengo una **obsesión** con la delgadez...Tuve problemas hace poco…comía poco y si comía un poquito más de lo que debía **vomitaba** todo…" (AI, G.1)
>
> "...yo he tenido…**trastornos alimenticios**…porque desde pequeña siempre me han estado dando la vara con el peso, la gordura, sobre todo mi abuela, y tuve problemas con los compañeros de mi clase... **me llamaban gorda**….y…tuve que dejar el colegio durante un tiempo e internarme para que me tratasen psicológicamente, ahora me doy cuenta de que era algo infantil…" (AM, G.1)

La desvalorización de la mujer como persona se desplaza a la imagen corporal.

Se menciona nuevamente, como punto de partida de esta cuestión, la adolescencia, etapa en la que los cambios corporales desencadenan una *auto-observación* y *auto-crítica* rigurosas de la imagen corporal. El *malestar subjetivo* relacionado con los procesos corporales y emocionales y los cuestionamientos referidos a la propia identidad, se suelen desplazar a la *imagen*, buscando en su perfeccionamiento la resolución de *conflictos* de otro orden:

> "Antes cuando tú te veías en un espejo y no era como esperabas o te decían gorda, o delgada o lo que sea, era lo que había y no había más. Pero ahora hay algo que no les gusta y **piden el cambio**, **porque no tienen esa autoestima**."

En estas circunstancias, los padres se encuentran sometidos a exigencias a las que en muchos casos, en su afán por complacer a las hijas, no se pueden negar:

> "...ahora las chicas de 14, 15 años le dicen los padres eso y **los padres** se comen el coco, ¡Si mi hija tiene un problema de **autoestima** ¡... **Vamos a operarle la nariz**, aunque tenga 14 años." (C, G.3)
>
> "**...podría tratarse de otra manera**." (J, G.3)

Podemos apreciar la estrecha relación existente entre la *auto-valoración* de cada mujer y el peso de los *estereotipos de género*, que descalifican a las mujeres. Sin embargo, las adolescentes han asimilado, al menos conscientemente, las nuevas representaciones correspondientes a mujeres que disfrutan de más libertad y autonomía.

> "Que tenga sus estudios, o que pueda pensar por ella misma, **ser independiente** en cierto modo, que pueda mostrarse tal y como es ella, no

> que le rijan normas que le ponen los demás, y que pueda **expresarse libremente**…" (SI, G.1)

En el grupo de mujeres adultas, observamos que la preocupación por la imagen corporal disminuye y, en cambio, se destaca *otro tipo de valores*:

> "Yo lo que he ido valorando más con el tiempo es…**la salud versus la estética**... todas queremos estar delgadas y es una constante desde que tengo uso de razón, pero ahora lo veo más como un tema de salud que de estética…lo que me preocupa es cómo repercute en **cómo me siento** más que en **como me veo**." (C, G.3)

FACTORES INTERSUBJETIVOS O PSICO–SOCIALES

Uno de ellos es la presión –explícita o implícita- de la pareja, o bien el deseo de ser sexualmente atractiva.

La imagen corporal desempeña un papel fundamental en la relación con los otros, en tanto es lo que aparece en primer plano en los contactos iniciales con los demás, mientras que los rasgos y valores de la personalidad sólo se descubrirán con el tiempo. Un caso particular es el de las *relaciones eróticas*, por un lado, en cuanto al deseo de seducción, puesto que el aspecto desempeña un papel importante en la atracción sexual; por otro, en las *relaciones amorosas* o *sexuales* ya establecidas. No sólo pesan las imágenes codificadas socialmente sino también *la mirada de la pareja* real o potencial:

> "...**los chicos de tu clase**, tus **amigos**… hace poco tuve una discusión con un chico de mi clase que decía que en las relaciones el 80% era el físico." (E, G.2)
>
> "...Un día me decía una alumna: mi marido dice que he engordado 2 kilos...me los tengo que quitar como sea... ¡Que **exigencia**! y que… **esclava**, por 2 kilos..." (C, G. 3)
>
> "...parece que se busca la **belleza para atraer** al género masculino...» (AM, G.1)

La pareja no interviene sólo en un sentido negativo, es decir, atentando contra la auto-estima de la mujer; sin embargo, en algunas ocasiones la *aceptación* y *valoración* por parte de la pareja no bastan para paliar una *insatisfacción consigo misma* que que rastrear en la historia de cada una:

> "Mi tía se cuida mucho, hace mucho deporte y es guapa y tiene 39 años, no lo parece y aun así se quiere operar...porque siempre ha tenido muy poquito pecho...Y su marido le dice que no, que **la ve guapa así**, y que se casó con ella porque le gustaba tal y como era..." (IT, G.1)

> "Entonces, lo quiere tener más grande para **sentirse mejor ella misma** y decir, 'las tengo bien puestas'…" (AI, G.1)

Podemos entender que la expresión "las tengo bien puestas", más que aludir literalmente a la imagen física, se refiere metafóricamente a la *auto-afirmación*.

Influencia de las opiniones y prácticas de personas cercanas, ya sean miembros de la familia, compañeras de trabajo, amistades, redes sociales en internet.

Nuestras entrevistadas coinciden en afirmar que la niñez y la adolescencia son las etapas de la vida en que las personas pueden verse más afectadas por la imagen que le devuelven los otros, inicialmente en el ámbito familiar y luego en el escolar. Consideran que se suele juzgar a las personas por su aspecto físico, e incluso discriminarlas por rasgos corporales que las hacen "diferentes" de la norma, como sucede con la "gordura".

> "Cuando te **excluyen** de niño es muy **traumático**…porque **te definen** como persona, yo me he hecho **muy solitaria** a raíz de eso…» (AM, G.1)

Estas citas muestran hasta dónde puede llegar la necesidad de aceptación por el grupo de pares, y la *violencia* constitutiva del *rechazo social*, que genera *miedo a la exclusión*.

Aunque reconocen que esto les ocurre tanto a hombres como mujeres consideran, ya sea por lo que han observado en su entorno o por su experiencia, que la crítica y el rechazo son más *frecuentes* e *intensos* con el *género femenino*:

> "...se rechaza **más a las mujeres** por estar gordas que a los hombres…A mí me **excluyeron** totalmente en mi clase, por tener sobrepeso, y había un chico que era el doble que yo, estaba muy gordo, y a él le trataban como un colega más...a mí me trataban fatal, me insultaban, me pegaban… " (AM, G.1)

> "...cuando van a la discoteca, las que sufren de **sobrepeso** se sienten como **amenazadas**…ven a las chicas figurines y **se sienten mal**, 'qué hago yo aquí, '…" (SI, G.1)

Las jóvenes mencionan los efectos de las *redes sociales* de Internet que, si bien facilitan la comunicación entre personas y grupos, potencian la ***dimensión imaginaria de las representaciones corporales***. La manipulación de las fotografías de Facebook o Tuenti convierte a quien lo desee en modelo, o miembro del "club de los guapos":

> "Porque puedes ver las fotos de tu amiga, de la amiga que le gusta a tu amigo...es **publicitarte** y decir, "mira que guay soy", pero solamente con fotos." (E, G.2)
>
> "Como que **te estás vendiendo** a la gente, porque tú no vas a poner ahí la foto en que te ves fea, tú pones ahí **la mejor foto** que tienes…" (P, G.2)

Por otra parte, estas redes sociales han llegado a convertirse en vehículos para la *publicidad directa* asociada con la imagen estética:

> "...en Facebook, cuando tú tienes tu perfil...también te **ofrecen cosas**...cremas, o te **ofrecen dietas**…dependerá del perfil de cada una… seguro que está estudiado…" (L. G.2)

Efecto de "contagio" de personas cercanas que han pasado por intervenciones estéticas.

Lo que se suele llamar "contagio" o "imitación" corresponde a mecanismos de *identificación*, deseando ocupar el lugar del "modelo" para lograr aprecio, pareja o prestigio y, sobre todo, para no quedar excluida de sus grupos de pertenencia.

> "Yo lo hago mucho por **imitación**...tengo que preguntarle a alguien..." qué champú usa ¿**qué se hace** para tener un pelo bonito?" (E, G.2)
>
> "Yo creo que tenemos miedo a ser diferentes...**lo diferente nos asusta**...parece que te van a agredir, por ser diferente parece que te van a atacar…" (LA, G.1)

Muestran su sensibilidad ante el temor y el rechazo sociales a todas las personas que, por diversas razones, son "diferentes". Podemos hablar de una ***intolerancia a la alteridad***, que resulta *inquietante* puesto que la confrontación con formas de ser diferentes nos lleva a cuestionar los nuestros, investidos narcisísticamente.

En lo que respecta al "*efecto contagio*" desencadenado por la cirugía estética, casi todas las participantes conocen mujeres que han pasado por el quirófano por motivos estéticos:

> "Toda mi **familia**...está **obsesionada** con el físico… Mi hermana, se hizo una liposucción, con 19 o 20 años." (P, G.2)

> "...yo, por la vivencia de mi **madre**... antes no salía, no se vestía para salir, porque se veía gorda, ahora se pone pantalones y dice… me veo gorda… ¡y se acaba de operar! O sea, es psicológico…" (AM, G.1)

El mecanismo de la *identificación* opera sobre todo en el ámbito de la *familia* y, en la adolescencia, especialmente, en el *grupo de pares*. En ocasiones, las madres han mostrado actitudes o comportamientos que censuran en sus hijas:

> "...me compré pastillas de adelgazamiento por correo…mi madre me pilló y de ahí al psicólogo…mi **madre** ha hecho de todo para adelgazar… ha tenido siempre muchísimo **complejo** por la gordura…" (AI, G.1)

Una de las razones mencionadas es la *inmediatez* que *parece* proporcionar la cirugía, a diferencia de otros procedimientos, como las dietas o el ejercicio físico, que requieren más *tiempo* y *esfuerzo* para dar resultados:

> "Si mi hermana hubiera sido la típica gorda, obesa, lo entendería…te metiste en un gimnasio y no…Pero si por **comodidad** dijiste, 'me hago la liposucción para **de la noche a la mañana** verme delgada', me parece que fue el peor error, ahora está el doble de lo que estaba antes…" (P, G.2)

Las intervenciones estéticas se han *naturalizado* o *banalizado*, creando casi un sentimiento de culpabilidad en quienes no utilizan algo que está al alcance de todas.

> "Yo estoy tan **acostumbrada** a las cirugías en mi entorno familiar, y a veces en ciertos amigos, que…" (P, G.2)

> "A mí antes me sorprendía más, era como una excepción." (L, G.2)

> "Es **casi obligatorio** ahora…" (I, G.2)

Las intervenciones pueden tener un efecto adictivo.

A pesar de que las *adicciones* tienen su origen en *conflictos psíquicos*, lo incluimos en este caso entre los factores psico-sociales por la presión grupal, social o publicitaria que contribuye a su desarrollo.

> "Mi prima tiene bastante pecho…se ha quitado, se ha vuelto a poner, se ha hecho como tres *lipo*, se ha hecho la nariz… Otra amiga mía, es **full cirugías** y a mí me parece que a ninguna le hacía falta…me parece que eso es surrealista… (P, G.2)

> "Una tía mía se ha operado de toda la vida, empezó por la nariz, y pasó por el botox, por las tetas, y **se retoca y se vuelve a retocar**…" (L, G.2)
>
> "Sé que algo de estas cosas luego **son adictivas**, porque yo no me he hecho nada de estética y lo único que me he hecho es la depilación láser…empiezas y cuando te quieres dar cuenta te quieres quitar hasta el último pelo de la cabeza..." (C, G.3)

Inducción a la confusión entre belleza y salud.

El hecho de que se trate de procedimientos médicos, sumado a una publicidad muchas veces engañosa o al menos ambigua, genera una *confusión* entre los conceptos de *belleza y salud*, como si el aspecto estético fuera un indicador de lozanía. También en este caso se pone de manifiesto la dificultad de sustraerse a ello:

> "Estas cosas empiezas y te empiezas a ver mejor...estás **más sana** y te ves **más guapa**." (C, G.3)

FACTORES SOCIO–CULTURALES

Sobrevaloración cultural de la belleza física.

Este es un factor mencionado en todos los grupos, como se ha observado en comentarios previos, o en el siguiente ejemplo:

> "Es cierto que cuando ves a una persona **lo primero que ves es el físico**, tú no dices: ¡Tiene cara de inteligente!'" (LE, G.1)
>
> "Yo elegí… el guapo, el alto y luego ya miras si es simpático o es inteligente, lo siento, a mí **se me fueron los ojos**... " (MA, G.3)

Sin embargo,cuestionan un modelo ideal centrado en la imagen, en detrimento de otros aspectos de la personalidad que consideran más valiosos o importantes. Las mujeres de mediana edad desriben así su modelo ideal, sugiriendo que la *formación cultural* es un factor fundamental para ressistir a las presiones sociales:

> "...una mujer que tenga **una sonrisa** que ilumine, para mí es un modelo de belleza; y luego que tenga una relación con su cuerpo que, **disfruta con moverse**, no importa si es más flaca o más gorda…" (R, G.4)
>
> "...yo creo que lo nos atrae es la **forma de ser** de cada uno." (O, G.4)
>
> "...no estás hablando ni con la belleza, ni con una tía estilizada, sino que estás hablando con una persona..." (O, G.4)

Influencia de la imagen ideal del cuerpo femenino difundida por los medios de comunicación: prensa diaria, revistas, televisión, internet.

Se refieren al papel de la *publicidad*, revistas, televisión, cuyo carácter omnipresente y agresivo las lleva a hablar de "*bombardeo*":

> "... la publicidad que está **por todas partes**...en las paradas de autobuses, en los edificios enormes…" (E, G.2)
>
> "Porque nos están **bombardeando** con las **publicidades**...con cierto **canon** de belleza..." (MC, G.3)
>
> "Es el estereotipo de la mujer típica de una **revista**, que tú la ves y te sientes de menos…" (I, G.2)

Las jóvenes consideran que el medio más invasor en este aspecto, es la *televisión*:

> "...la revista la tienes que comprar, yo creo que la tele es el medio al que **estás más expuesto**…estás viendo un programa y el anuncio, aunque no quieras …" (L, G.2)
>
> "...que te lo estén diciendo **en tu casa**...creo que te afecta más…" (I, G.2)

Igualmente denuncian los *efectos negativos* de estas imágenes sobre su propia valoración, puesto que es inevitable compararse, consciente o inconscientemente:

> "Estás ojeando una revista o cualquier cosa y ves que las chicas no tienen nada que ver contigo, o te parece guapa y piensas, 'Pues, como **no me parezco** nada es que **yo soy fea'**. Es una lógica tonta, pero es así…" (I, G.2)

También destacan que circulan imágenes manipuladas que distorsionan los cuerpos femeninos reales, creando *figuras ficticias* que inducen a engaño:

> "¡Si todo esto es ***photoshop***! Estas mujeres **no son así**, está todo hecho por ordenador…" (SI, G.1)

Consideran que uno de los aspectos más conflictivos es el de las *tallas de ropa*, puesto que no se trata sólo de la presión de las imágenes difundidas por los medios, sino que afectan a la experiencia inmediata, en la medida en que la reducción de las tallas modifica la *percepción* y la *valoración* del propio cuerpo:

> "Sobre todo las marcas de ropa al poner **tallas específicas** para cada mujer. Porque, por ejemplo...un diseñador de ropa decía que él no hacia tallas de más de 38, porque las mujeres con talla más de 38 no merecían llevar su ropa…Así **te hacen sentirte gorda**…" (AM, G.1)

> "Claro, tú dices, tengo una talla 40, y te tienes que comprar una 44, **te hacen pensar que has engordado** o cosas así…y es desagradable…» (LA, G.1)

Las mujeres dan cuenta de la *violencia simbólica* que ejercen los ideales socio-culturales, por ejemplo, al emplear el término "bombardeo", y del esfuerzo de resistencia requerido para no dejarse avasallar como sujetos y conservar su autonomía, cuestionando los cánones que no sólo presionan desde el entorno sino también desde la propia identificación inconsciente con ellos:

> "Lo complicado es luchar contra eso, la mayoría de la gente piensa y **nosotras mismas pensamos**, que una mujer tiene que ser…. de determinada manera, nadie es como yo…el canon no es el mío." (C, G.3)

Las mujeres reconocen la existencia de diferencias de género: si bien los modelos estéticos masculinos pesan también sobre los hombres, la presión no es equiparable:

> "Aunque ahora se ha incrementado la presión para los hombres, **no es tan fuerte**...es más raro que se preocupen tantísimo del físico…" (I, G.2)
>
> "...es **más benevolente** el estereotipo **con los hombres**…porque hay mujeres a las que les pueden gustar los hombres calvos y les parece súper atractivo, o una pancita de hombre te enternece...una pancita de mujer no enternece, una calva tampoco…**a la mujer se la machaca mucho más**…" (L, G.2)

Las modelos, actrices y "famosos" que aparecen en programas y prensa "del corazón" difunden modelos imposibles de alcanzar, ajenos a la realidad corporal de la mayoría.

Ante todo, se refieren al cuerpo de las modelos de pasarela, tan alejado del físico de la mayoría de las mujeres:

> "Pero hay muy poca gente que tiene ese ideal de los anuncios... ayer oía que el **peso ideal** de las modelos lo tiene un porcentaje, no sé si el **uno por ciento**..." (A, G.3)
>
> "Yo creo que el único tipo de mujer que podría llegar a parecerse sería una chica de 16 años a 19, porque a partir de ahí… cuando te empiezas a desarrollar, y a echar caderas y todo eso…"(IT, G.1)

Sin embargo, observan que, más allá de las críticas enunciadas conscientemente, esas imágenes funcionan como *modelos de identificación*, lo que puede considerarse uno de los factores que intervienen como condicionantes de la *salud* de las mujeres:

> "Oesta AmyWinehouse...todaslasinglesasquierensercomoella..."(C,G.3)
>
> "*Anoréxica* de físico...es una *yonki* total..." (A, G.3)
>
> "Sí, sí, y es el canon de belleza o de atractivo, de las chicas de 20 a 40 años inglesas, quieren ser como ella...Cuando salió lo del problema …querían ser como ella...No querían ser como una escritora...eso no existe." (C, G.3)

La publicidad directa o indirecta realizada por modelos, actrices, personajes públicos y "famosos" que se han sometido a este tipo de intervenciones, en programas televisivos y a través de Internet.

Las participantes comparan dos vías para modificar la imagen corporal, propuestas por sendos programas de televisión, y mencionan la dimensión *agresiva* de la cirugía:

> "Hubo un momento en la tele, que tuvo 2 programas simultáneos, uno era **cambio radical**, todo consistía en **operarse**, y había otro, era la misma historia, pero a base de vestirte mejor, pintarte mejor y peinarte mejor y te enseñaban a maquillarte, te ponían una faja y un vestido que te favorecía...Eres la misma persona, no tienes que pasar por nada agresivo, es simplemente **sacarte partido**." (CA, G.3)

En el caso de Internet, además de facilitar la circulación de imágenes canónicas, existen las *redes sociales* y los *foros*, que alientan deseos y comportamientos poco *saludables*, como ha sucedido con los foros de *anoréxicas* y *bulímicas*, que estimulaban y potenciaban los trastornos de la alimentación:

> "...puse *gordas* y me salió la página esta de Ana y Mía, Ana son las anoréxicas y Mía son las bulímicas, y ¡me asusté!...es como una **locura compartida**...el slogan es "antes muerta que gorda"… hablaba de **autolesiones**…" (E, G.2)

Algo similar ocurre con las *intervenciones estéticas*; los *foros* funcionan como soportes para la *publicidad*. Es difícil determinar si se trata de publicidad indirecta o directa, pues muchos de ellos se encuentran en las páginas de las mismas clínicas:

> "Mi madre se ha puesto un **balón intragástrico**...es una pastillita, que se disuelve y luego se hincha el balón en el estómago…Y está en un **foro** de gente que se había puesto balones, que subían fotos, de cómo estaban antes y después…" (AM, G.1)

La posición "sacrificial" de la mujer no sólo concierne a las representaciones tradicionales sino que se ha transferido a los modelos modernos de mujer (la "super-woman") y facilita que se privilegie la imagen en detrimento de la salud.

Las participantes han mostrado su preocupación por los riesgos para la *calidad de vida,* ocasionados por la presión mediática. Los modelos estéticos conducen, directa o indirectamente, al ***sacrificio del cuerpo real en favor de una imagen***. Podemos suponer que su aceptación por parte de la población femenina no ha de ser ajena a la *posición sacrificial* propia de los modelos tradicionales de mujer, cuya socialización la conduce a colocarse en una posición de *objeto* de la mirada, deseos y necesidades de los otros, negando o reprimiendo los suyos propios, aunque así obtengan una satisfacción narcisista que, obviamente, no representa compensación alguna:

> "La televisión…había un reportaje, comentaba que las mujeres tenemos muchos más problemas en los pies que los hombres….los **zapatos** que llevamos siempre, generan en los pies unas **enfermedades** que no están en los hombres..." (A, G.3)

> "...y mis amigas me empezaron a decir, 'primero, no puedes ir siempre tan abrigada' (para estar guapa)… y yo: 'ah, pero **tengo frío**'… (E, G.2)

Es decir, no importa el malestar físico ni psíquico, lo que importa es *vender* una imagen que se supone vinculada al éxito, la fama o el dinero.

EL IDEAL DE LA "ETERNA JUVENTUD".

Las mujeres observan que en nuestra sociedad el concepto de *belleza* se asocia con la *juventud*; ser joven es un valor en sí mismo. Podemos pensar que esto guarda relación con la *angustia* ante el paso del tiempo que trae consigo el *envejecimiento* y finalmente la *muerte*. La biotecnología parece prometer que estas fuentes de angustia se pueden, o se podrán, eliminar completamente. En efecto, en la publicidad se habla de *tratamientos de rejuvenecimiento,* aunque es evidente que es imposible rejuvenecer, excepto en el aspecto: se trata del ***parecer*** y no

del ***ser***. Nótese además la terminología peyorativa referida a los signos del envejecimiento:

> "Para que las señoras, las madres, incluso tengan la piel más rejuvenecida, se sientan mejor con ellas mismas, es decir, "no he llegado a los 40 y soy un **vejestorio**, soy una **pasa pocha**"…" (SI, G.1)
>
> "...el objetivo es **rejuvenecer**, pero eso **no es verdad**…si rejuveneces es que te quitas… te quitas parte de tu vida…la…quieres borrar de un plumazo…" (R, G.4)

Comentan que muchas personas necesitan parecer más jóvenes por *razones laborales*, como sucede en el caso de las estrellas de cine o la gente que aparece en televisión:

> "... intentan mantener la imagen que tenían 10 años antes…**se han hecho algo** muy bien hecho y muy controlado, parece que todos pedimos que tenga una estética de cierta edad y no más mayores…" (A, G.3)
>
> "Entonces no va a haber **viejos**..." (C, G.3)
>
> "...eso esdeloque se quejanmuchos actores… que **no existen**…"(A, G.3)

Sobre todo las de mediana edad, valoran un modelo de mujer asociado a lo que se denomina ***envejecer bien***, que supone una revalorización de la ***experiencia vivida***:

> "…a mis padres no les he escuchado hablar de envejecer…armoniosamente...**'qué bien envejece'**, esta parte creo que en esta generación... la estamos rescatando más…" (P, G.4)

4. FACTORES SOCIO-ECONÓMICOS

Publicidad directa de cosméticos y de clínicas de medicina y cirugía estética.

Las mujeres sugieren que la publicidad -siempre centrada en la imagen- es uno de los factores que más inciden en *el consumo* tanto de productos cosméticos como de tratamientos médicos y quirúrgicos.

> "...la mayoría, yo diría que un 80% de las personas que se lo hacen, y sobre todo cuanto más jóvenes….están tan **mediatizadas** por la publicidad..." (O, G.4)
>
> "...se ha hecho **más accesible**, te lo financian hasta en 3 años, lo puedes pagar a **plazos**..." (CA, G.3)

Un aspecto importante es lo que podríamos llamar la "publicidad que se realimenta" engendrada por estos tratamientos, en la medida en que da lugar a *procesos adictivos*:

> "Y luego tener las tetas bien, pero el resto...de ahí estas gorda, de otra parte adelgazas mucho, tienes las tetas perfectas y **el resto del cuerpo**..." (C, G.3)
>
> "Y cuando te salgan arrugas..." (A, G.3)
>
> "Pues **a operarse las arrugas**." (MC, G.3)

El consumismo

Es interesante observar que las mujeres establecen conexiones entre la preocupación por la belleza, los tratamientos estéticos de todo tipo y los valores propios de una *sociedad de consumo*:

> "Pero genera una **infelicidad** tener esos valores...de cosas que realmente no necesitas y...entonces te comes el coco y pierdes esa posibilidad y la vida pasa, y esa persona sufre y esta enganchada a un sufrimiento." (A, G.3)

Piensan que la *belleza* física es un *bien de consumo* que se puede conseguir mediante el dinero, en el caso del hombre a quien su riqueza le permitiría acceder a las mujeres más valoradas en el *mercado* de las relaciones eróticas pero también a las mujeres les resultaría posible *ascender* económicamente por su belleza.

A esta asociación del dinero con la belleza hay que añadir también que la imagen estética se presenta como una vía de *acceso al poder* por un lado y, por otro, el poder permite acceder a parejas que, merced a su belleza (muchas veces lograda mediante la cirugía) son valoradas en el *mercado* de las relaciones afectivas y sexuales:

> "Los que tienen poder saben que son **feos**, pero son atractivos, las mujeres y los hombres, **el poder da atracción**." (C, G.3)
>
> "Quien tiene el poder elige al más guapo…mira a Sarkozy con…Carla Bruni..."(MA, G.3)

Exigencias del mercado laboral, que suele identificar la imagen con los valores de las personas.

Las participantes piensan que el aspecto físico de una persona es lo primero que puede conocerse de ella, pero también lo es que no existe una correlación

entre la imagen visual y el potencial ético, afectivo, intelectual, sexual, laboral o social de un ser humano:

> "El físico tiende a proyectar una imagen más positiva, es algo muy tonto, uno por ser más guapo, ni es más listo ni es mejor persona, **el físico nos condiciona**, le damos un valor que luego a la hora de la verdad..." (CA, G.3)

Se entiende que ***la imagen es un mensaje*** que emitimos, pero la significación de este mensaje depende de los códigos desde los que se lo descifre. Esto es especialmente significativo en algunos ámbitos de trabajo. Algunas participantes se refieren, en este punto, a su propia experiencia:

> "...yo trabajé en A.D. (tienda de moda) y si no ibas maquillada...**te obligaban a maquillarte**…te guste o no...esa era la política." (J, G.3)

> "… soy **bailarina**, y no me pueden mandar a concursos ni a castings... porque no tengo el prototipo que tiene que tener una bailarina …" (AM, G.1)

Por eso, algunos colectivos especialmente *vulnerables* a la presión de los cánones, están más expuestos a someterse a tratamientos estéticos. Así, por ejemplo, una de las adolescentes relata el caso de una amiga, a quien se le ha realizado una liposucción:

> "...su tía es **modelo**, muy famosa…ahora ella trabaja en ese mundo...y le está afectando mucho... está siguiendo los pasos de su tía…" (AI, G.1)

> "Claro, es que las modelos **viven de su físico**…" (AM, G.1)

> "...tú no sabes como le llega a afectar tener que verse muy guapa y que sólo la quieran por su belleza." (AI, G.1)

OTROS EMERGENTES GRUPALES

RIESGOS DE LA MEDICINA Y LA CIRUGÍA ESTÉTICAS

Ante todo, es preciso destacar que en los grupos se ha manifestado una plena aceptación de la cirugía *plástica*, cuando se lleva a cabo por motivos sanitarios:

> "...en las operaciones de **reducción**, o que tienes una cosa en la **espalda**...Yo creo que eso es **otro concepto**…" (A, G.3)

> "Yo con eso estoy de acuerdo, porque es un **proble-ma de salud**..." (C, G.3)

Por el contrario, se han mencionado riesgos de la cirugía *estética* para la salud, y algunas participantes han aludido a casos de personas afectadas. Abundamos

en ejemplos porque no se trata de un caso aislado, y debemos destacar también que se trata del grupo de mujeres adultas.

1. Ante todo, aluden a las **intervenciones de repetición**, motivadas por fallos en el procedimiento quirúrgico. El hecho de que los *retoques* no sean cobrados no compensa el sufrimiento físico y psíquico generado:

> "Mi amiga se operó el pecho y la nariz, le tuvieron que **repetir** el pecho una vez, la nariz dos...tenia pechos caídos se hizo un aumento, y…le colocaron. una teta más alta que otra, luego se le cayeron….y le hicieron apañitos...y cuando la abrió el otro cirujano, estaban a punto de…tocarse las dos prótesis, que al parecer es **peligroso**….y la nariz… se operó una vez y dos más...No hubo denuncia. lo que consiguió es que el cirujano le devolviese parte del dinero." (MA, G.3)

2. Un riesgo importante de la mamoplastia es la **rotura de las prótesis de mama**, que se suele minimizar porque se da en pocos casos pero, cuando se produce, afecta seriamente a la salud:

> "...una compañera se operó el pecho .. fue a una revisión con su ginecólogo y le encuentran una mancha en el pecho, y piensan que es un tumor...se había **roto una de las prótesis....**y se ha tenido que **volver a operar...**"(CA, G.3)
>
> "Ayer ví un programa de televisión americano, una chica en un *reality* show. Y se le **estalló una prótesis...** Elladecíaquelequemaba."(A, G.3)
>
> "Mi tía también se lo operó, pero para reducírselo, porque tenia muchísimo pecho y **se le necrosó**, Ufff….fue horrible..." (MA, G.3)

3. En el caso de los implantes de prótesis de mama, muchas veces las usuarias **no están suficientemente informadas** de que la intervención da comienzo a una serie de operaciones sucesivas, puesto que hay que **cambiarlas cada 10 años**:

> "...hay que **retocarse** cada 10 años, el pecho no es para toda la vida, cambiarte de prótesis o lo que tengas que hacer " (J, G.3)

4. Se han explayado también sobre un punto paradójico: además de los riesgos para la salud, estas intervenciones pueden conducir a **resultados opuestos a los esperados**, afectando no solo la capacidad *funcional* del cuerpo sino también su aspecto *estético*:

> "...se está inyectando botox en la cara. ¡Y no tiene idea de todos los músculos que **se están atrofiando** en la cara! Mira a la D.de A., se ha hecho tantas operaciones que ya no puede mover la boca…" (AM, G.1)

> "... una cuñada...se ha puesto botox en la cara y en los labios...se ha **desfigurado la cara .... .**ella se siente horrible, deformada….se han pasado, de la cantidad y .. la han estropeado físicamente." (I, G.4)

Tanto los resultados favorables como los adversos dan lugar al desarrollo de un universo imaginario que consideraremos en la siguiente sección.

EL IMAGINARIO DE LA CIRUGÍA ESTÉTICA

El conjunto de los factores expuestos abre paso a la proliferación de imágenes de la cirugía plástica con fines estéticos. Reiteramos que las mujeres que participaron en los grupos de discusión no se habían sometido a intervenciones quirúrgicas ni proyectaban hacerlo, de modo que las representaciones que aparecen en las discusiones grupales pueden considerarse como emergentes del imaginario colectivo.

En esta sección nos interesa considerar, más allá de los discursos *racionales* que responden a la información objetiva, las representaciones *fantasmáticas* generadas por la difusión masiva de estos tratamientos en un país como España, primero en Europa y cuarto en el mundo en número de intervenciones estéticas.

De manera esquemática, es posible agrupar dichas representaciones fantasmáticas en dos conjuntos que, aunque aparentemente opuestos, son en realidad el anverso y el reverso de una misma moneda. Podemos denominarlas "representaciones idealizadas" y "representaciones terroríficas". En efecto, la cirugía estética puede ser idealizada como un instrumento omnipotente que permite un *nuevo nacimiento* o recreación de la figura por las modernas tecnologías, o temida como un *arma destructiva*.

Representaciones idealizadas de la cirugía estética

Ante todo, es interesante observar hasta qué punto la posibilidad de modificar el cuerpo quirúrgicamente ha penetrado en el imaginario femenino, como correlato de la difusión social de la cirugía estética. Así, aunque las mujeres manifiesten rechazo, dudas o temores con respecto a estos tratamientos, y aunque hayan desarrollado una gran capacidad crítica, prácticamente *todas han fantaseado* en algún momento con recurrir a ellos. Los siguientes ejemplos proceden del grupo de mujeres de mediana edad, que son quienes más han cuestionado estos tratamientos:

> ". en **todas** las mujeres, te están machacando tanto, que **al final te haces algo**… al final acabas haciéndote algo " (O, G.4)

> "Algunas lo necesitan porque….han envejecido prematuramente…" (O, G.4)
>
> "O se sienten a disgusto con ellos mismos..." (I, G.4)
>
> "...yo cada vez estoy más a gusto conmigo misma y….bueno, me sobra por aquí….estos días estoy horrible, porque estoy hinchada...y si pudiera quitarme, la tripa, el michelín...pero no quitarme de meterme en una operación…" (P, G.4)

Se advierte también que uno de los efectos indiscutibles es la ***mirada fragmentadora del cuerpo***: las distintas "partes" son consideradas como separables, como piezas disgregables que se pueden desmontar y volver a montar. Esto es más evidente en las adolescentes, para quienes estos procedimientos resultan más *naturales*, por un lado, porque están creciendo en una época en la que su *difusión* es *masiva*; por otro, porque están más *expuestas* a los medios de comunicación propios de la cultura de la imagen:

> "Yo, por ejemplo, **sí que querría**…si me animo y si en algún momento no me siento exactamente contenta con mi cuerpo, a lo mejor me operaría de pecho, porque tengo muy poco, me veo en el espejo, soy bastante grandota...me parece que **con mi cuerpo el pecho que tengo no encaja**..." (AM, G.1)
>
> "A mí **me gustaría**, pero luego lo pienso y digo, 'si es que yo soy como soy y mientras que le guste a la persona a la que le tengo que gustar'… que es mi pareja, mis padres o mis amigos, y a mí misma, me da igual… pero luego digo 'cómo me gustaría tener el vientre plano…" (I, G.1)

La imaginaria producción de cuerpos perfectos despierta también antiguos fantasmas caracterizados por el *pensamiento mágico y omn*ipotente de la infancia:

> "... cuando era más chica yo pensaba ¿Por qué no ponen a una chica ahí delgada y a mí en una camilla, **que me hagan un tubito y me saquen todo lo que me sobra** a mí?" (C, G.3)

Representaciones temibles de la cirugía estética

El discurso de las mujeres muestra que social y culturalmente se ha establecido un *continuo* entre el uso de *cosméticos* y tratamientos de belleza y el recurso a la *cirugía*. Podemos apreciar también que se considera que ambos procedimientos alimentan el *mito de la perfección*, aunque esta imagen evoca en las mujeres su

opuesto: la máxima fealdad, e incluso la monstruosidad. Así sucede en lo que respecta al maquillaje, que puede *fabricar* una figura perfecta, pero el hecho mismo de que se trate de una *máscara* hace sospechar que la realidad que encubre es antiestética:

> "...cuando te muestran a las actrices en las películas que salen todas divinas... de 10 y luego cuando se quitan el maquillaje son todas como **higos**…" (SI, G.1)
>
> "Como **bichos**…" (AM, G.1)

En lo que se refiere a la cirugía, encontramos dos tipos de fantasías *temibles* que se relacionan, respectivamente, con el éxito y al *fracaso* de las intervenciones.

El éxito correspondería a la fiel reproducción del modelo canónico, pero puesto que el ideal estético es bastante restrictivo, el resultado podría derivar en una *uniformidad* que borraría las diferencias individuales, referentes indispensables para la construcción de la identidad, es decir, la identidad personal se disolvería en un siniestro universo de clones:

> "...si tienes algo muy llamativo, algo que sea diferente a los demás, puedes convertirlo en normal, si eso te acompleja o te molesta. Pero entonces ¿vamos a ser **todas iguales**?...no va a haber nada destacable en ninguna persona, porque, siempre vamos a intentar… disimularlo... todas se convierten en lo mismo, **no hay una variedad**…" (E, G.2)
>
> "Es muy curioso, a veces se quedan **caras casi iguales**…Mi madre a veces dice, '¡ah! a esta la tiene que haber operado el mismo doctor que a esta otra'…" (E, G.2)
>
> "**Cirugía de autor**…" (L, G.2)

Asimismo, relacionan las *arrugas* con la expresión facial de las emociones, de modo que *borrarlas* con bótox u otras sustancias conduciría también a eliminar señas particulares que son parte de la identidad de cada una, como producto de las *experiencias vividas*:

> "...si te haces algo ¿qué pasa? porque no te puedes mover, porque esto **es de expresión**...y al final vas así todo el rato y **ya no eres tú**, eres otra persona rígida y yo lo que estoy intentando con los años, es cada vez ser….más flexible." (B, G.4)

Pero lo temible no es solo la figura de la uniformidad sino también, como ya se había mencionado al considerar los riesgos, la posibilidad de la *deformación*,

que puede llevar a la anulación de los rasgos específicamente humanos, para sugerir ya sea la *animalidad*, ya sea el objeto *inanimado*:

> "...hay mujeres que dan…es **desagradable** verlas, porque la boca parece que la tienen hinchada, como un pato, parece que se les va a salir el botox, **no tienen gestos**, y son así como un muñeco..." (P, G.2)

BIBLIOGRAFÍA

Appleyard, D. y Nicholas, S. (2006), "We're addicted to Botox", *Mail on Line*, http://www.dailymail.co.uk/femail/article-405597

Berrocal, M. (2004), medicinatv.com, 10.05.2004.

Braidotti, R. (1987), «Des organes sans corps», *Les cahiers du grif*, Nº 36, 7-22.

Berger, J. (2000), *Modos de ver*, Barcelona, Ed. Gustavo Gili.

Bodin, H, (2002), Intervención en el Coloquio «Autour de l'image du corps, chirurgie plastique et psychanalyse», *Revue de Psychanalyse et Clinique Médicale*, avril 2002, nº 9:145.

Bordo, S. (1993), *Unbearable Weight: Feminism, Western Culture, and the Body*. Berkeley: University of California Press.

Bryan, M. (2007) http://www.marieclaire.com/hair-beauty/trends/beauty-excess

Cosmos online (2006) "Breast implants lower cancer risk but boost suicides" http://www.cosmosmagazine.com/node/687

Diccionario de la Lengua Española, 22ª Ed. (2001), Real Academia Española, Madrid, Espasa-Calpe.

Dittmann, M. (2005), "Plastic Surgery: Beauty or beast? Cosmetic surgery is booming, but what's the mental cost of changing your appearance?" *APA on line. Monitor on Psychology, American Psychological Association,* Vol.36, Nº 8.

El País Semanal, 25 de octubre de 2009.

Foucault, M. (1990), *Tecnologías del yo y otros textos*, Barcelona, Paidós.

Freud, S. (1984a) "Más allá del principio del placer", *Obras Completas*, Madrid, Biblioteca Nueva.

Freud, S. (1984b) "Introducción al narcisismo", *Obras Completas*, Madrid, Biblioteca Nueva.

Gilman, S. (1998), *Creating Beauty to Cure the Soul*, Duke University Press, Durham/Londres

Honigman, R., Phillips, K., y Castle, D. (2004), *Plastic and Reconstructive Surgery*, Vol. 113, Nº4: 1229-1237.

La Revista de Cirugía Estética, http://www.larevistadecirugiaestetica.com/2009/11/tu-iphones-te-ayuda-anticipar-el.html.

Le Figaro (2006), «Chirurgie Esthétique: les risques psychologiques», http://www.lefigaro.fr/sciences

Mañero, I. y Derres, J. (2011) Ponencia presentada en el X Congreso de la Sociedad Española de Medicina Antienvejecimiento y Longevidad (SEMAL), EFE 10.10.2011, http://todo.en.salud.com/2011/02/.

Martelo, F. (2005), lavozdegalicia.com, 14 mayo 2005.

Mato Ansorena, J. (2010) http://mato-ansorena.com/blog/entrevista-larazon-17112010.php.

Mimoun, M. (2002), «Le corps-écran», *Revue de Psychanalyse et clinique médicale*, nº 9, 207-215.

Mitz, V. (2002), «La chirurgie esthétique es-elle déjà une automutilation?» *Revue de Psychanalyse et Clinique Médicale*, avril 2002, nº 9: 125-134 y 220-222.

noticias.com (2009) noticias.com 12 octubre 2009, missplastichungary.com, elmundo.es/yodona.

Perniola, M. (1991), "Entre vestido y desnudo", en Feher M., Naddaff R., y Tazi N. *Fragmentos para una historia del cuerpo humano*, Madrid, Taurus, pp. 237-265.

Rozsos, T. (2009) http://www.sipse.com/noticias/15053-concurso-belleza-artificial-galeria.html

Sainz Arregui, J. (2004), medicinatv.com, 10.05.2004.

Siqueira, P. (2002), «Corps et biens», *Revue de Psychanalyse et Clinique Médicale*, Nº9: 97-103.

Stolcke, V. (2001), "Gloria o maldición del individualismo moderno según Louis Dumont", *Revista de Antropología*, vol.44, nº 2, San Pablo.

Taylor, Ch. (1994), *El malestar de la modernidad. La ética de la autenticidad*, Barcelona, Paidós.

The Sunday Times (17/09/2006).

Tubert, S. (1992) "Desórdenes del cuerpo", *Revista de Occidente,* Nº 134-135 (137-153).

Tubert, S. (2001) *Deseo y representación. Convergencias de psicoanálisis y teoría feminista,* Madrid, Editorial Síntesis.

Tubert, S. (2009), "Culte del cos o culte de la imatge?" *L'espill*, Segona època, Nùm.31.

Wexler, P. (2009) Marie-Claire.es/cirugia-cuanto-es-demasiado.

INTERFERENCIAS INTERPRETATIVAS EN EL PROCESO DE VINCULACION PADRES-HIJOS

YOLANDA GONZÁLEZ VARA

Tanto desde diversas teorías psicoanalíticas como desde la Teoría del apego, existe una clara convergencia en la aceptación de que las experiencias tempranas de la infancia, ejercen una influencia significativa y duradera en la personalidad adulta.

De hecho y desde la Teoría del Apego, las investigaciones citadas por Fonagy (99), muestran la correspondencia del 68% y 75% entre la clasificación de apego en la infancia y la clasificación de apego en la vida adulta.

Esta relativa invariabilidad, se atribuye tanto a los propios ambientes invariables como a los patrones establecidos durante la primera infancia (Hamilton 94, Main 97, Waters, 95)

Sabemos que los M.O.I, se definen como mapas cognitivos, guiones o esquemas que un individuo tiene de sí mismo y del entorno. En este sentido, son prácticamente sinónimos con la representación del self y de "objeto de la teoría psicoanalítica. Por otro lado, los M.O.I reflejan la interacción del self con el otro, "la experiencia de estar con" (Stern1995) y son mutuamente complementarios. (M.Marrone)

Y si bien los M.O.I muestran una fuerte tendencia a la estabilidad y autoperpetuación, no significa que éstos modelos sean rígidos. Pues tal y como señala Bowlby (69) "la seguridad no está totalmente fijada o terminada en la infancia".

De hecho, los M.O.I están relativamente abiertos al cambio, si la calidad parental cambia. (Egeland y Ferber 84)

Desde esta premisa que constata la posibilidad de cambio en la calidad de la función parental, es desde dónde realizamos el abordaje de promoción de la salud y prevención infantil.

Yolanda González Vara. Reside en Alicante. Psicóloga especializada en clínica de adultos. Individual y Grupal. Formadora en Promoción de la salud y Prevención infantil. Presidenta de A.P.P.S.I. Autora de numerosos artículos y del libro: Amar sin miedo a malcriar. Ed. RBA.

Son los padres, como veremos más adelante, los que realizan el cuestionamiento y observación de su conducta parental para favorecer la calidad de la interacción, modificando progresivamente el patrón tradicional que demanda el cambio exclusivo en la conducta del niño, por otro que contempla la intersubjetividad.

De esta forma, y debido a la gran plasticidad de los niños en la etapa infantil, se constatan evidentes cambios en la conducta de los pequeños, *debido a que son susceptibles a las influencias de experiencias favorables o desfavorables que pueden alterar su desarrollo evolutivo y sus estados mentales con respecto al apego (Weinfield 99)*

INTERVENCION TEMPRANA Y PREVENTIVA EN GRUPOS MADRES–PADRES:

Desde los postulados de la Teoría del apego, el campo de intervención temprana, ofrece grandes posibilidades en el área de la promoción de la salud y prevención infantil.

Este ámbito preventivo y de promoción de la salud infantil, es el foco de atención prioritaria en mi práctica profesional dirigida a la atención de los sistemas familiares.

Si los M.O.I. están relativamente abiertos al cambio, tal y como señalan diversos autores (Egeland y Ferber, 84) y la propia experiencia clínica, es posible realizar cambios que favorezcan el desarrollo de la salud, a través de las intervenciones directas con las figuras parentales.

Estas modificaciones de los M.O.I, no suelen estar desprovistos de resistencias de diferente consideración, puesto que de acuerdo con

Devine (89), los modelos dentro de la red de apego, "no suelen ser reemplazados o destruídos" con facilidad. Más bien ésta red, se vuelve más elaborada y compleja, teniendo cada persona que realizar un esfuerzo activo para rechazar y reemplazar los patrones mal adaptativos por unos nuevos y más saludables.

En los grupos de padres, son evidentes dos fenómenos interrelacionados:

Por un lado los esfuerzos que dichos padres realizan por reemplazar los modelos inadecuados por otros modelos que fomenten la *empatía* y la *respuesta sensible* en la interacción con los bebés-niños y por otro lado, las diversas resistencias y dificultades para modificarlos.

Estas resistencias, son más intensas en función del estilo parental que presenta la figura de apego en interacción con los pequeños.

Veamos primero, los estilos parentales según la clasificación de Bauminrind (1993)

A-Estilo Autoritario:

1. Presentan alto nivel de control y exigencias de madurez .
2. Se caracterizan por un bajo nivel de comunicación y de diálogo.
3. Predominan las normas abundantes.
4. Exigen obediencia estricta.
5. Usan el castigo y medios disciplinarios para lograr obediencia.

B-Estilo Democrático:

1. Presentan alto nivel de comunicación y afecto.
2. Evitan el castigo.
3. Son sensibles a las peticiones del niño.
4. Explican las razones, cuando dan normas y fomentan el diálogo.
5. Hay un alto nivel de interacción verbal y búsqueda de acuerdos.

C-Estilo Permisivo

1. Presenta un bajo control y un alto nivel de comunicación y afecto.
2. Postulan el "dejar hacer"
3. No exigen responsabilidades, favoreciendo la autoorganización.
4. Rechazan el poder sobre el niño.

D-Estilo indiferente o de Abandono y rechazo.

1. Padres que rechazan y son negligentes.
2. No son receptivos ni exigentes, sus hijos parecen serles indiferentes.
3. No hay normas que compartir ni tampoco afecto.
4. Escasa intensidad de apego y de implicación.

De los cuatro estilos presentados, los padres que acuden a los grupos, presentan un perfil variado, siendo los más frecuentes el autoritario y el permisivo. Hay ocasiones en las que los otros estilos paternos acuden a consulta, aunque son menos frecuentes.

El objetivo fundamental del abordaje con padres, consiste en favorecer el estilo clasificado como *democrático,* por ser éste el que reúne características que favorecen el apego seguro.

Entre los distintos estilos, el Autoritario es el que ofrece inicialmente más resistencias al cambio. Estos padres, utilizan procedimientos de disciplina que contienen elementos de afirmación de poder, entre los que destacan la retirada del afecto, la negación de la escucha, o la amenaza de abandono, todos ellos utilizados como forma de control de la conducta infantil (Hoffman 1976) generando en el pequeño, sentimientos de culpa, temor a la pérdida afectiva y miedo al castigo.

Son padres que mantienen ideas estereotipadas sobre el comportamiento de los niños y niñas, así como sobre la función paterna ligada a una fuerte exigencia de obediencia. En la práctica preventiva, esta actitud parental se traduce en el pequeño en respuestas sumisas y sometidas o rebeldes e irracionales.

Más allá de los diferentes estilos, una de las interferencias en el proceso de vinculación más recurrente por su interferencia en la empatía, es la *atribución e interpretación del significado* de la conducta infantil por parte del cuidador. Son estas interpretaciones erróneas, uno de los focos de atención centrales en el abordaje preventivo, por sus implicaciones en el desarrollo del vínculo, como veremos más adelante.

GRUPOS DE MADRES PADRES:

Ejercer la paternidad y maternidad en este momento socio-económico, implica un grado elevado de aislamiento y estrés.

En la actualidad, las estructuras familiares han cambiado profundamente y presentan un abanico muy plural, coexistiendo familiar nuclear, monoparental, etc.

Sin embargo, independientemente de estos cambios estructurales, las necesidades emocionales infantiles se mantienen más o menos intactas durante el proceso psicoafectivo, requiriendo un entorno seguro para crecer de forma saludable.

De acuerdo con Hopkin (99), “el tipo de apego de los infantes, se vuelve más seguro si la madre obtiene más soportes ya sea del esposo, una amiga o un profesional”

En este contexto, los grupos dinámicos de madres-padres, cumplen una función primordial para favorecer no sólo la respuesta sensible de cara a los pequeños sino también para fomentar la función reflexiva sobre situaciones interpersonales, tanto en la pareja como en la interacción con sus propios hijos. Esta función reflexiva, junto con el fomento de la empatía, son los dos pilares de la intervención con padres.

La función empática del terapeuta en los grupos, representa una base segura que permite a los padres explorar sus propias vivencias infantiles y modelos parentales, minimizándose de esta forma una inconsciente transmisión intergeneracional de patrones educativos poco satisfactorios.

Encuadre de los Grupos

Este abordaje, se caracteriza por mantener un "continuum" de intervención durante las diferentes fases evolutivas de la infancia.

En la actualidad, soy coordinadora de 8 grupos de madres-padres, constituídos por una media de 16 personas, de los cuales, varios acuden con la pareja.

Un 40% de estos padres, comenzaron su formación durante el embarazo del primer o segundo hijo. El resto, se han ido incorporando en los grupos que están distribuídos en las siguientes franjas de edad de los hijos:

- Grupo de pequeños: de dos a 7 años.
- Grupo de medianos: de 7 a 12 años.
- Grupo de adolescentes: de 12 a 18 años.

Cada grupo, se reúne una vez al mes, siendo la cohesión grupal muy elevada, motivo que explica la elevada permanencia de sus miembros (el primer grupo, lleva 16 años de funcionamiento).

Interferencias interpretativas:

En la interacción familiar, se producen con mucha frecuencia interpretaciones erróneas de la conducta infantil, que interfieren en el proceso de vinculación, en función de la percepción del cuidador principal, mediatizada por proyecciones e identificaciones, como veremos a continuación. Entre ellas, destaca una que se presenta como muy significativa por su recurrencia y consecuencias en el proceso de empatía, tanto en los grupos como en las entrevistas familiares: Se trata de las interpretaciones erróneas del significado de la conducta infantil.

El ejemplo citado por Bretherton y Munholland (1999), es altamente representativo de la incidencia de este fenómeno en las entrevistas familiares y en los grupos. Cito textualmente:

"No es lo mismo que un padre atribuya el llanto del hijo al cansancio, que a los *terribles dos años o a su testarudez*"

De hecho, hay numerosas investigaciones que resaltan que la percepción parental sobre las características del hijo/a, tiene como base importante el mundo interno del adulto y no solamente las caracteristicas "reales" del infante (D.Benoit&Parker 1994) En estos procesos de atribución, no es extraño observar interpretaciones erróneas de la conducta infantil que refleja los propias preocupaciones, fantasías y proyecciones que distorsionan los modelos de interacción (L.Fraiberg, 1987)

En concreto, esta atribución errónea del significado de la conducta infantil por parte del cuidador, tiene varias implicaciones y consecuencias en la práctica cotidiana:

- Interfiere en la comprensión por parte del cuidador, de que el comportamiento infantil responde a un contexto *interpersonal* en el seno de la estructura familiar en lugar de la consideración habitual que aísla la conducta infantil de la interacción con las figuras parentales. Es decir, el niño y su conducta, son interpretados como escindidos de la actitud parental.
- Interfiere también en la comprensión de que es la *calidad de la interacción* con las figuras de apego, lo que explica el desarrollo psicológico del niño/a. En la misma medida, las interpretaciones parentales que ignoran la función de la interacción, ignoran el alcance de su función en el proceso psicoafectivo infantil.

Entre las disfunciones de la parentalidad (M.Marrone) y como consecuencia de interpretaciones erróneas de la conducta infantil, destaco las más recurrentes observadas en la práctica preventiva:

- Invalidar la petición de apoyo por parte del niño/a junto a un empuje prematuro hacia la independencia. Como ejemplo recurrente entre otros, podríamos señalar el temor infantil a los fantasmas nocturnos y la respuesta paternal que minimiza o niega el temor, básandose en el principio de realidad de que "no existen".

- Invalidar o recriminar la expresión emocional del pequeño. Son los casos de intolerancia a la conducta agresiva infantil, que desembocan en respuesta parental desproporcionadamente punitiva. Se puede observar en los casos de agresividad infantil (entendida con carácter de auto-afirmación en el sentido de Freud, 1915) donde los padres aniquilan o inhiben cualquier fase de protesta en el pequeño o incluso de defensa. Por ejemplo: un niño de dos años (dominado por la respuesta motriz e instintiva) que trata de defender su juguete, empuja a otro que a su vez responde llorando ante la pérdida del juguete. En este caso, el padre del primero recrimina su actitud al mismo tiempo que le da dos azotes "correctivos" con el mensaje moralizante de "que no se pega". En el caso de una respuesta parental reiterativa, que impide la expresión agresiva, el hijo se ve en la necesidad de ocultar o reprimir sus expresiones agresivas, sometiéndose o disociándose, generando una estructura del falso self.
- Esta conducta parental incoherente y desproporcionada, se puede observar también en cualquier otra expresión emocional que no sea la deseable por el cuidador, en relación a cualquier expresión emocional infantil.
- Comparaciones desfavorables que minan la autoestima y la confianza. Son frecuentes como valoración entre hermanos por parte de los padres que privilegian a uno sobre otro, muchas veces de forma inconsciente, bajo la consideración ideológica de "querer a todos por igual".
- Comentarios que cuestionan las buenas intenciones infantiles. Es una actitud habitual que refleja proyecciones de los propios padres, atribuyendo al pequeño una "malignidad por su propia condición de niño/a " (Concepción del niño como perverso polimorfo). Son muchos ejemplos de esta índole: "Está llorando para conseguir algo". "Si le atiendes, estás perdido".
- Atribuciones e interpretaciones erróneas del significado de la conducta infantil.

Este es uno de los errores más repetidos aunque se presente bajo diferentes ángulos de la conducta infantil y guarda relación con algunas de las siguientes causas:

- Proyecciones e identificaciones paternas que impiden comprender al pequeño con sus propias motivaciones en el aquí y ahora.

- Interpretaciones erróneas sobre la intencionalidad del pequeño, como consecuencia de la ignorancia de los padres en relación al proceso de las diferentes fases evolutivas.
- Respuestas automáticas ante las demandas infantiles que reproducen modelos sociales, sin ninguna actitud reflexiva. Como ejemplo recurrente en la práctica con padres, es de resaltar el ejemplo citado al inicio de esta exposición en relación a las rabietas de los niños y la atribución sistemática a la edad cronológica de los "dos años" sin ningún análisis posible sobre otras causas (cansancio, frustración de una necesidad emocional, etc.) . Estas interpretaciones erróneas, representan una marcada interferencia en el proceso del desarrollo de la actitud empática de los padres.

Cambios grupales operados

La mayoría de estas interferencias en la percepción de los padres-madres, van modificándose a medida que acuden, se cuestionan y reflexionan en los diferentes grupos y franjas de edad madurativas.

La mayor satisfacción a nivel profesional, se produce cuando los padres realizan diversos insight sobre su percepción, mediatizada por su educación y modelo educativo previo.

En los grupos, en muchas ocasiones, se produce la "magia" del cambio, a veces de forma imperceptible, otras después de una explosión emocional que permite una apertura a los nuevos aportes del grupo y redunda en una ampliación de la empatía hacia los pequeños.

Una característica fundamental, que favorece el progresivo cambio de percepción, es la alta permanencia en los grupos.

Los padres-madres, después de superar la sensación de "repetir" cuando acuden dos años consecutivos, fruto del arraigado modelo escolar interiorizado de fracaso, comprenden y agradecen la necesidad de una continuidad en el proceso, siendo conscientes que el desarrollo de sus hijos, implica cambios continuos en su percepción y conocimiento de las fases por las que pasan,

Crecen los hijos y crecen los padres: esta sencilla y profunda constatación, es el éxito de continuidad e implicación de estos grupos de consciencia sobre la importancia de la maternidad y la paternidad, para el desarrollo de la salud infantil, futuros adultos.

METODOLOGÍA

Estos grupos, no responden a charlas magistrales, propias de muchos centros escolares, donde se abordan diversos temas elegidos por los padres o propuestos por los profesionales.

Por el contrario, son grupos dinámicos, donde se abordan los temas que el propio grupo decide, previo breve debate interno de cada grupo en función de la urgencia o necesidad grupal.

La metodología, es activa: Rol playing, pequeños grupos, y otras técnicas, permiten un ablandamiento de la "coraza caracterial" y una mayor integración de los conceptos en función de la experiencia vivencial.

Se produce una importante cohesión grupal, que permite una ampliación de redes sociales extra-grupal, muy valiosa para esta sociedad actual donde el aislamiento de la pareja actual es palpable, además de los múltiples modelos familiares que se presentan y que requieren un espacio de reflexión y de escucha grupal para salir de la repetición de modelos poco saludables.

Considero fundamental, la formación y la coordinación de estos grupos dinámicos de carácter esencialmente PREVENTIVOS, y que favorecen desde la base, un cambio de mirada hacia la primera infancia, huyendo de tópicos y creencias sin fundamento sólido a nivel de la praxis clínica y preventiva.

ANEXO: DATOS ESTADÍSTICOS

Veamos ahora, los cambios operados por los padres antes y después de participar en los grupos descritos.

Para ello, contamos con un cuestionario y un vídeo con una grabación de una dinámica grupal y testimonios de los padres, que veremos al finalizar la exposición.

En este cuestionario, hemos seleccionado pocas preguntas, por considerar que son las relevantes en relación al contenido de la ponencia.

Se aplicó a los 8 grupos de padres, es decir a una población de próxima a 150 personas.

Las preguntas elegidas, hacen referencia a la constatación o no del cambio operado y percibido por los padres, antes y después de la incorporación a los grupos.

CUESTIONARIO GRUPOS DE PADRES–MADRES

Por favor, reflexiona y responde a estas preguntas, teniendo en cuenta tu percepción ANTES Y DESPUES de la incorporación a tu grupo de padres, en relación a las siguientes conductas infantiles:

Pregunta 1

Considerar como desobediencia o provocación, cualquier conducta de tu hijo/a que no responda a mis expectativas.

Tabla de Frecuencias para la diferencia P1 antes y después.

Clase	Valor	Frecuencia	Relativa	Acumulativa	Acum.Rel.
1	0	3	0,1875	3	0,1875
2	1	3	0,1875	6	0,3750
3	2	3	0,1875	9	0,5625
4	3	3	0,1875	12	0,7500
5	4	4	0,2500	16	1,0000

Interpretación tabla:

De entre los entrevistados nos encontramos que sólo un 18,75% no han experimentado ningún cambio. Mientras que el 81,25% afirman que se ha producido un cambio, con lo que se podría afirmar que una gran mayoría de los entrevistados han percibido algún cambio al asistir a la escuela de padres. La diferencias de 1,2 y 3 puntos entres la respuesta antes y después tienen un 18,75% de los entrevistados cada una. Hay una diferencia de 4 puntos, que representaría un gran cambio de actitud, que se da en el 25% de los individuos.

Intervalos de Confianza para **P1_ANTES -P1_DESPUES**

95,0% intervalo de confianza para la media: 2,125 +/- 0,799295 [1,3257;2,9243]

95,0% intervalo de confianza para la desviación típica: [1,10806;2,32154]

Interpretación del intervalo:

Para la media: En este caso podríamos afirmar que la diferencia media entre la respuesta antes y después de la asistencia a la escuela de padres estará entre 1,3 y 2,9 puntos en el 95% de las veces.

Esto significa que si cogiéramos a toda la población de estudio, o sea el conjunto de padres y madres que asisten a las sesiones, la diferencia media entre sus respuestas de la pregunta 1 estaría siempre entre esos dos valores con un 95% de probabilidad.

El intervalo nos indica que siempre, en media, habrá diferencias entre la respuesta de los individuos antes y después, es decir, la respuesta después siempre serán de menor puntuación que las respuestas antes, (puesto que los valores del intervalos nos da una diferencia es positiva.)

Pregunta 2

Tener expectativas educativas "a priori" sobre el tipo de respuesta infantil, independientemente de conocer su proceso evolutivo (Qué y qué no puede ser comprendido, en función de su edad madurativa).

Tabla de Frecuencias para la diferencia P2 antes y después

Clase	Valor	Frecuencia	Relativa	Acumulativa	Acum.Rel.
1	0	2	0,1250	2	0,1250
2	1	3	0,1875	5	0,3125
3	2	1	0,0625	6	0,3750
4	3	2	0,1250	8	0,5000
5	4	2	0,1250	10	0,6250
6	5	5	0,3125	15	0,9375
7	6	1	0,0625	16	1,0000

Interpretación tabla:

De entre los entrevistados nos encontramos que solo un 12,5% no han experimentado ningún cambio, el resto si, con lo que se podría afirmar que una gran mayoría (87,5%) de los entrevistados han percibido algún cambio al asistir a la escuela de padres. Destacar que un 50% (4 puntos 12,5%, 5 puntos 31,25% y 6 puntos 6,25%) de los entrevistados han encontrado una diferencia igual o superior a 4 puntos entre su experiencia antes y después de la asistencia a la escuela. La diferencias de 1,2 y 3 puntos entres la respuesta antes y después tienen un 18,75%, 6,25%, 12,5% de entrevistados cada una respectivamente.

Intervalos de Confianza para P2 **ANTES** -P2_**DESPUES**

95,0% intervalo de confianza para la media: 3,125 +/- 1,08116 [2,04384;4,20616]

95,0% intervalo de confianza para la desviación típica: [1,4988;3,1402]

Interpretación del intervalo:

Para la media: En este caso podríamos afirmar que la diferencia media entre la respuesta antes y después de la asistencia a la escuela de padres estará entre 2,1 y 4,2 puntos en el 95% de las veces.

Esto significa que si cogiéramos a toda la población de estudio, o sea el conjunto de padres y madres que asisten a las sesiones, la diferencia media entre sus respuestas de la pregunta 2 estaría siempre entre esos dos valores con un 95% de probabilidad.

El intervalo nos indica que siempre, en media, habrá diferencias entre la respuesta de los individuos antes y después, es decir, la respuesta después siempre serán de menor puntuación que las respuestas antes, (puesto que los valores del intervalos nos da una diferencia es positiva.) En conclusión la experiencia de la escuela de padres ha representado un cambio de actitud para los individuos que participan en ella.

Pregunta 3

Reconocer respuestas desproporcionadas ante la expresión emocional infantil de la agresividad, entre otras.

Tabla de Frecuencias para la diferencia P5 antes y después

Clase	Valor	Frecuencia	Relativa	Acumulativa	Acum.Rel.
1	0	5	0,3125	5	0,3125
2	2	1	0,0625	6	0,3750
3	3	1	0,0625	7	0,4375
	4	4	0,2500	11	0,6875
5	5	3	0,1875	14	0,8750
6	7	1	0,0625	15	0,9375
7	8	1	0,0625	16	1,0000

Interpretación tabla:

De entre los entrevistados nos encontramos que un 31,25% no han experimentado ningún cambio, el resto si, con lo que se podría afirmar que una gran mayoría de los entrevistados (69,75) han percibido cambio al asistir a la escuela de padres. Destacar que un 56,25% (4 puntos 25%, 5 puntos 18,75%, 7 puntos 6,25% y 8 puntos 6,25%) de los entrevistados han encontrado una diferencia igual o superior a 4 puntos entre su experiencia antes y después de la asistencia a la escuela. La diferencias de 2 y 3 puntos entres la respuesta antes y después tienen un 6,25% y 6,25% de entrevistados cada una respectivamente.

Intervalos de Confianza para P5_antes-P5_desp

95,0% intervalo de confianza para la media: 3,1875 +/- 1,39251 [1,79499;4,58001]

95,0% intervalo de confianza para la desviación típica: [1,93043;4,04453]

Interpretación del intervalo:

Para la media: En este caso podríamos afirmar que la diferencia media entre la respuesta antes y después de la asistencia a la escuela de padres estará entre 1,79 y 4,58 puntos en el 95% de las veces.

Esto significa que si cogiéramos a toda la población de estudio, o sea el conjunto de padres y madres que asisten a las sesiones, la diferencia media entre sus respuestas de la pregunta 5 estaría siempre entre esos dos valores con un 95% de probabilidad.

El intervalo nos indica que siempre, en media, habrá diferencias entre la respuesta de los individuos antes y después, es decir, la respuesta después siempre serán de menor puntuación que las respuestas antes, (puesto que los valores del intervalos nos da una diferencia es positiva.)

En conclusión:

La experiencia de los Grupos de madres - padres, en torno a estos bloques temáticos, ha representado un cambio significativo de actitud en la percepción de sus hijos para los individuos que participan en ella.

- Análisis estadístico realizado por el Doctor: Pau Miró y Martinez del Dpto. de Estadística e Investigación (Universidad de Alcoy-Alicante)
- Veamos para finalizar, el video sobre la dinámica grupal de padres y madres.

BIBLIOGRAFÍA

Aberástury, A : Teoría y técnica del psicoanálisis de niños. Barcelona. Paidós 1984.

Aguilar, J.M. Con papá y con mamá. Córdoba. Almuzara. 2006.

Anzieu, D. Yo piel. Madrid. Biblioteca Nueva 1987.

Bowlby, J. Una base segura: aplicaciones clínicas de la teoría del Apego. Buenos Aires, Paidós 1989.

Cyrulnik, B. Los patitos feos. La resiliencia. Barcelona. Gedisa 2002

Doltó, F. La causa de los niños. Barcelona. Paidós. 1986.

Eisenberg, N. La empatía y su desarrollo. Bilbao. Desclée de Brouwer, 1999.

Erikson, Infancia y Sociedad. Horme-Paidós. 1995.

Fonagy, P. Teoría del apego y Psicoanálisis. Barcelona. Albesa. 2004.

Freud, S. Obras completas, tomo iV. Madrid. Biblioteca Nueva, 1972.

Harrys, P. Los niños y las emociones. Madrid. Alianza, 1989

Kernberg, O. La teoría de las relaciones objetales y el psicoanálisis clínico. México. Paidós, 1996.

Kaus-Kenell, la Relación madre-hijo. Médica-paramérica, 1978.

Laing, R.D. La voz de la experiencia. Barcelona. Crítica. 1983.

Langer, M. Maternidad y Sexo Barcelolna. Paidós 1974.

Mahler M. El nacimiento psicológico del infante humano. Buenos aires. Marymar 1987.

Marrone, M. Teoría del apego. Un enfoque actual, Madrid. Psicamática. 2001.

Montagú A. El sentido del tacto. Madrid. Aguilar 1981.

Piaget J. Estudios de Psicología genética. Barcelona. Emecé 1973.

Schaffer H. El mundo social del niño. Madrid. Visor libros 1968.

Stern D, La primera relación madre-hijo. Madrid. Morata 1983.

Tizón Garica J. Psicología basada en la relación. Barcelona.Hogar del libro 1988

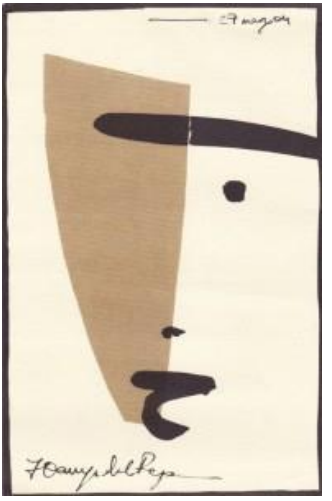
Tomatis. A. El fracaso esolar, Barcelona. La Campana 1989.

Winnicott D, Conversando con los padres. Barcelona. Paidós 1993.

JOSEP CLUSA I MATINERO, IN MEMORIAM

Publicat el 5 setembre 2013 a les 10:00

VÍCTOR MARTÍ I CARRASCO
DIRECTOR FCCSM



Retrat que va fer Jordi Clusa, fill de Josep Clusa, pel seu 70 aniversari

El passat 22 d'agost, de forma prematura i inesperada, ens va deixar l'amic, company i president de la Fundació Congrés Català de Salut Mental, Josep Clusa.

En Pep, tal com li dèiem els amics, ens ha deixat un gran buit que haurem d'omplir amb tot allò que ell ens ha ofert al llarg de tota la seva vida.

En Pep Clusa, psiquiatre, psicoanalista i per sobre de tot, professional de la salut mental, amb vocació de servei per una sanitat pública, democràtica, progressista i de qualitat, va tenir una llarga i dilatada trajectòria professional. Entre altres activitats, va ser un dels impulsors del procés de reforma psiquiàtrica del nostre país, i en particular del procés de "reconversió" de l'Institut de Salut Mental de la Santa Creu i posteriorment com a fundador i director del Centre de Dia Dr. Pi i Molist, adscrit al Servei de Psiquiatria de l'Hospital de Sant Pau. Va participar en diverses comissions i grups de treball relacionats amb els

Plans de Salut (mental) des de que la Generalitat va assumir les competències en Sanitat. Va ser membre actiu de diverses societats científiques i professionals com la Societat Espanyola de Psicoanàlisi o la Secció de psiquiatres del Col·legi Oficial de Metges de Barcelona.

En l'àmbit local, en els darrers anys, havia presidit el Grup de Salut del Consell Municipal de Benestar Social de l'Ajuntament de Barcelona. Des del 2006, va ocupar la presidència de la Fundació Congrés Català de Salut Mental, de la qual n'era membre fundador. Des d'aquesta organització, va impulsar i liderar diferents iniciatives en defensa i per la millora de la salut mental a Catalunya.

En Pep Clusa, tal i com hem pogut sentir i compartir aquests dies, era un home bo, generós, afectuós i que es feia apreciar i estimar. Va ser un company compromès, crític, combatiu, entusiasta, persistent, defensor dels valors humans universals i de la justícia social.

Entre altres escrits i paraules de record, aquests dies, hem sentit: "En Pep, era d'aquelles persones que t'ajuden a créixer…", "representant de les millors qualitats humanes…", "compañero, maestro y ejemplo", "una de les millors persones que he conegut…" i podríem seguir. En Pep, era això i molt més!

En la seva absència, però ben present en la memòria de tots seguirem treballant i lluitant per els tots els projectes i ideals compartits.

Allà on estiguis Pep, una forta abraçada!

REFLEXIONES ACERCA DE LA EXPERIENCIA DE COORDINACIÓN DE LOS TRES GRUPOS GRANDES QUE TUVIERON LUGAR EN EL XL SIMPOSIUM DE LA SEPTG EN MADRID

Francisco Del Amo del Villar
Concha Oncea Eransus

Al comienzo de la primera sesión se comenta que parece haber vivencia de continuidad "Como decíamos ayer", la de un grupo itinerante que una vez cada año se reúne para celebrar el Simposium, en este caso el XL, en Madrid, de donde proceden una parte importante de los socios fundadores de la Asociación En este comienzo de la primera sesión también se comparten varios recuerdos de los grupos grandes del año anterior en Zaragoza.

Los participantes fueron ocupando las sillas dejando las vacías juntas en una zona, siendo la sala de forma elíptica por lo tanto la colocación de las sillas también parecía representar un punto de fuga del grupo. Se identifican las sillas vacías con fantasmas y se expresan sentimientos negativos hacia los coordinadores por no haber calculado el número exacto de participantes. "falta de cuidado" (El número de sillas correspondía rigurosamente al número de inscritos en el Simposium).

"los fantasmas dan miedo" es la asociación grupal con el tema de las sillas vacías. "los fantasmas también tienen sombras" que conduce a hablar del tema de la propia sombra, aquella parte de nosotros que es oscura, que puede dar miedo y que a veces nos inquieta conocer.

Se manifestaron reacciones emocionales por parte de algunos miembros del grupo que produjeron ansiedad y actitudes defensivas. El grupo dedica parte de su tiempo a hablar de la historia y de lo nuevo y lo antiguo. Un nuevo participante utiliza su tableta y esto es vivido por otro participante más veterano como inadecuado, descortés. Se expresa con cierta agresividad y la persona que se siente agredida, cambia de lugar en el grupo. A partir de aquí se va expresando descontento, decepción, incomodidad respecto a explorar diferencias entre los participantes presentes y esto conecta con la prostitución. La prostitu-

ción en el poder y en los políticos? Un participante cuenta la historia de María, prostituta," limpia y culta". Otra participante habla del precioso pañuelo que le regaló una prostituta "Las cosas no son lo que parecen".

El participante que tenía la tableta explicó mas tarde que estaba en el grupo y muy conectado emocionalmente y estaba escribiendo acerca de ello. Alguien trajo la imagen de Ángeles, una socia veterana muy valorada y querida que ya falleció. Ángeles en los grupos grandes siempre estaba tejiendo y era una imagen agradable y relajante acogida por todos.

Surgen reflexiones acerca que la importancia de la historia, de la dificultad de vivir el aquí y ahora, de la resistencias a incorporar lo nuevo retirando lo obsoleto. Como conjugar el aquí y ahora con el allí y entonces. ¿Podremos, seremos capaces de saber cuales son los secretos?

Después de este relato, de estas pinceladas que reflejan algo del rico contenido que ofreció el grupo y nos abre la memoria, queremos expresar y compartir nuestras reflexiones:

Los GG nos informan de lo que sucede en la sociedad más amplia.

Si tenemos en cuenta que la SEPTG viene celebrando tres GG en cada Simposium anual durante los 35 últimos años, podemos pensar que tenemos legitimidad para poder reflexionar y poner en relación el contenido de las sesiones con el proceso de cambo de nuestra Asociación.

La SEPTG como grupo vivo y en cambio permanente, creemos que en este momento presenta dificultades para integrar lo viejo con lo nuevo. Pensamos que está en proceso de decidir que queda de lo antiguo, que es obsoleto, que adoptamos de lo nuevo… con todas las emociones que esto implica.

Pensamos que la situación de estar celebrando un Simposium XL en una ciudad en la que viven la mayor parte se los socios fundadores probablemente había despertado en el grupo fantasías respecto a la visita de los abuelos fundadores que por cierto desaparecieron dejando al grupo con la duda de si eran ausentes o fantasmas. (Tema que surge en varias ocasiones entre los contenidos del grupo)

El GG del XL Simposium de la SEPTG, fue un receptáculo de sintonía con el Simposium, la SEPTG y la Sociedad en que vivimos..

Creemos que la SEPTG es una asociación muy empática, sintonizada con el entorno, abierta a las diferencias, tanto personales como profesionales y acogedora con nuestros lados oscuros, con lo que cuesta reconocer y también con el fruto de nuestro lado creativo.

Queremos agradecer la confianza depositada en nosotros para cuidar de esta experiencia.

XLI SYMPOSIUM SEPTG

Vulnerabilidad y resiliencia grupal: DEL MIEDO A LA ACCIÓN

Granada, del 3 al 6 de Abril
2014

CONFERENCIA DE APERTURA

RESILIENCIA Y CULTURA: LA VERSIÓN DEL ANTROPÓLOGO

MARTA ALLUÉ DE HORNA

Si somos capaces de entender cómo y por qué algunas personas resisten y se benefician de experiencias extremadamente adversas, y somos eficaces enseñando esta habilidad a los demás, los beneficios para la salud social de muchos serían enormes. Conseguiríamos recuperar una 'cultura resiliente', poco amiga de glorificar a las víctimas o de condenarlas; una cultura dispuesta a recuperar a quien destruido por la adversidad, se muestra decidido a aprender a vivir de nuevo; una cultura que acompañara activamente a aquellos que sufren pérdidas para no olvidar, pero para seguir viviendo.

TALLERES EXPERIENCIALES

HUMOR Y AUTOCONOCIMIENTO PARA EL CAMBIO

HERNÁNDEZ SALGUERO, P.
CARRASCO GIRON, S.

Vivimos en una sociedad desarrollada y quizás por ello las presiones a que nos vemos sometid@s se tornan a menudo más complejas; a veces percibimos que escapan a nuestro control y la sensación de paz y bienestar se va diluyendo, dando paso a la ansiedad, la preocupación, la frustración y la pérdida de ilusiones que esto conlleva.

A menudo la réplica de conductas aprendidas, de certezas sin cuestionar, tomadas como un bocadillo entero envuelto en su plástico, marcan nuestro pensamiento y con ello nuestra forma de percibir lo que nos rodea. Y tal como pensamos entendemos la vida y las relaciones humanas.

En estos momentos de crisis generalizada, aunque la integridad física, generalmente no está en juego, la integridad psicológica a veces se pierde. La pérdida de confianza en nuestros recursos y en definitiva en nosotr@s mism@s produce ansiedad, miedo, y nos impide actuar con eficacia. Identificar el potencial que tod@s llevamos dentro y desarrollar nuestras capacidades puede ayudarnos, y para ello es necesario dejarlas salir con optimismo y confianza, creer en nosotr@s y ser parte de un futuro mejor.

1. TOD@S TENEMOS LAS CUALIDADES NECESARIAS PARA NUESTRO PROPIO DESARROLLO

Aprender a valorarnos con descaro, sin trabas y sin perder el respeto a l@s demás aumentará nuestros recursos y con ello la capacidad de ser más felices.

Pilar Hernández Salguero y Sebastián Carrasco Girón son expertos en Risoterapia, Terapia de Reencuentro y Chi-kung. Centro de Formación de la Mujer

Generalmente enumeramos con más facilidad y en mayor número nuestras "incapacidades" que nuestras "capacidades", esto es fruto de una observación tenaz y despiadada que no aplicaríamos a un ser querido en la misma medida.

Es necesario pues identificar los aspectos positivos que tenemos y equilibrar la balanza, o mejor, inclinarla del lado más amable y tratarnos bien, dejar salir toda la energía que tenemos como personas con los mismos derechos y obligaciones y contagiarla a nuestro alrededor.

El núcleo familiar forma un entorno de apoyo para resolver las situaciones y reencontrar la paz pero también a menudo, es donde descargamos las emociones negativas, conduciendo a la pareja e hij@s a crisis internas. Esto es debido en muchas ocasiones a esquemas erróneos, a roles impuestos, a expectativas socioculturales, y en definitiva al modo en que nos relacionamos.

Esto hace que diariamente acumulemos tensiones emocionales, creando malestar propio y a nuestro alrededor, ANSIEDAD, la incertidumbre, ANGUSTIA sensación de estar atrapados sin salida, MIEDO: al abandono, a la pérdida, a la soledad, etc.

A lo largo de la historia, el ser humano ha ido adaptando su respuesta emocional y fisiológica a las situaciones, los cambios se producían lentamente; sin embargo hoy los cambios suceden en una sola generación: la crisis, los roles de género, la multiculturalidad, las creencias, las prisas, la competitividad, la imagen, el concepto de bienestar, etc., y la respuesta no puede ser elaborada por la experiencia anterior pues no existen patrones válidos anteriores.

La experiencia demasiado intensa o continuada de estas situaciones causa deterioro en la persona que las vive y afectan de un modo especial a su relación con los demás.

Esta percepción es calibrada por nuestro **sistema de valores** y a la respuesta la llamamos **"estrés emocional"**.

A lo largo del curso, experimentamos técnicas de Risoterapia (Humor y P. Positivo), I. emocional, Musicoterapia, Autoconocimiento, Sexualidad y Relaciones Humanas (T. R.) y Chi-kung (MTCH) que ayudan a entender nuestras emociones controlar la ira y canalizar la respuesta conscientemente.

Las emociones son por tanto el vehículo en el que viajamos.

No solo afectan a nuestra percepción de lo que nos ocurre: lo que **"Sentimos"** sino también a nuestro cuerpo físico **"Somatizaciones"** generando deterioro en nuestra salud.

Generalmente actuamos en consecuencia a estas emociones, si **"estamos"** alegres **"transmitimos"** alegría, si "**estamos**" tristes (…).

Uno de los efectos del humor y la risa es la producción de endorfinas, sustancia que segrega nuestro cerebro (como en el enamoramiento y el orgasmo) y que produce tranquilidad sosiego, descanso, placer, etc., Otro de los aspectos que vamos a disfrutar es el aprendizaje de técnicas de relajación y conciliación del sueño.

2. OBJETIVOS

Dotar del estímulo y las herramientas capaces de generar un espíritu de alegría e igualdad que nos permita mejorar las relaciones en todos los ámbitos: personal, familiar y social.

1. La Respiración Consciente. Enseñar un modo de controlar y redirigir los estímulos que provocan estados de ánimo negativos, cuando éste aparece y modificar la respuesta físico-emocional.
2. Enriquecer el mundo sensual mediante el auto-conocimiento y potenciar las relaciones placenteras.
3. Conocer las ventajas del humor risa. Proporcionar momentos de ocio y diversión.
4. Aprender a vivir desde lo cotidiano. Desarrollar el concepto del pensamiento positivo.
5. Identificar nuestro espacio interior, social y relacional.
6. Comprender los guiones que marcan nuestra vida.
7. Mejorar el concepto de la autoestima.
8. Interpretar correctamente los sentimientos del otro/a. La capacidad de escuchar y escucharse.
9. Diferenciar el buen y el mal trato.
10. Fomentar la creatividad y el desarrollo personal.
11. Conectar con su niño interior, desinhibido y participativo.
12. Practicar ejercicios, suaves y profundos que actúan sobre nuestro organismo y nuestra capacidad mental.

3. REALIZACIÓN

El desarrollo del curso comprende tres aspectos fundamentales del desarrollo humano:

1. Salud: Mediante el aprendizaje de técnicas de Risoterapia, Inteligencia Emocional, Qi Gong (chi-kung), y Terapia de Reencuentro se dota al individuo de la capacidad para mejorar la propia salud física y mental, desarrollando habilidades para enfrentarse a los conflictos. Experimentaremos mediante el juego, la música y los sentidos a recuperar la espontaneidad e imaginación que nos hace disfrutar de la vida. Ver el lado positivo de la vida no nos priva de conocer los aspectos difíciles y negativos, sin embargo es el impulsor del cambio, es la energía que necesitamos para ponernos en marcha.
2. Social: La práctica de ejercicios de aproximación, interrelación, comunicación, expresión corporal, etc., desarrolla en la persona que participa la conciencia del Espacio Personal, Social y Relacional, una actitud más solidaria y altruista, e integra los principios de Igualdad. Comprensión del "Buen Trato" hacia uno mismo y hacia los demás.
3. Lúdico: El objetivo es aprender pasándolo bien, desarrollar el sentido del humor, divertirse y jugar. La desinhibición, la pérdida del miedo al ridículo y el miedo al fracaso, aportan credibilidad en un futuro mejor, y la percepción de que cada un@ somos l@s creadores. Utilizaremos juegos, material audio visual, colchonetas de yoga, instrumentos de lo más variado,…y una dosis abundante de buen humor. Por eso te pedimos que traigas ropa cómoda y tu comprensión.

4. QUÉ ES Y CÓMO TRABAJAREMOS LA RISOTERAPIA

- La Risoterapia es una terapia de apoyo, los asistentes aprenden a conseguir la risa franca, obteniendo con ello ayuda para eliminar problemas psicosomáticos.
- En los talleres se enseñan pautas para aprender a reír, a tomar conciencia de la respiración, ejercicios de respiración con la risa, memoria de la risa, imaginación para integrar la risa en nuestra vida,

y ejercicios para reír en los cuales se pueden incorporar diferentes conocimientos: clown, juegos, bailes, masajes, etc.,

- El humor y la risa presentan una duración determinada. No puedes estar todo el día riendo o gastando bromas ya que se desgastaría el organismo sin resultar rentable hacerlo para conseguir los fines biológicos. La risa, la sonrisa, son las manifestaciones de la emoción y éstas como explico son puntuales, obteniendo con ellos los beneficios para ayudar a eliminar los problemas psicológicos o físicos, en una palabra descargar tensiones acumuladas.
- En Risoterapia se trabaja sobre todo con la expresión de las emociones.
- Trabajaremos también el entrenamiento en emociones positivas.
- En el entrenamiento de posiciones positivas el objetivo es aumentar el bienestar físico y psicológico de las personas. En este trabajo también se incorpora los ejercicios con el propósito de llegar a tres niveles:
- Dirigir la atención desde un trabajo voluntario positivizando las situaciones.
- Ejercitar la memoria en recuerdos positivos, divertidos, agradables, que nos hicieron sentir bien en el pasado.
- Controlar los pensamientos negativos para poder darme cuenta y transformarlos. Cuando revelamos a alguien la existencia de un tesoro, lo primero que tenemos que hacer es darle un mapa para que pueda encontrarlo, no ponerlo a buscar por toda la tierra. (Federico Pérez, psicoterapeuta mejicano).

En una palabra dar herramientas para saber manejarnos en nuestro mapa personal.

4.1. ORÍGENES Y EFECTOS

- **La risa** es una respuesta fisiológica que surge de la necesidad. Forma parte de nosotros, cuando nacemos, ya está integrada en nuestro ser, la sonrisa; con ella seducimos demandando nuestras necesidades, para bien o para mal irá formando parte de nuestro propio aprendizaje como seres únicos y sexuados.

- La capacidad de reír, sonreír y llorar, y el sentido del humor son características vitales del ser humano equiparables a la capacidad de hablar. Estos sonidos generan diferentes estados de ánimo. Conformando nuestro cuerpo físico, mental, emocional y relacional.
- Aparece, antes de la formación de procesos cognitivos complejos. De hecho, el ser humano comienza a reír y llorar, antes de aprender a hablar y pensar.
- En cada una de estas experiencias "risa, sonrisa y llanto" hay elementos que participan: el entorno familiar, el entorno cultural, social, religioso, mundo ideológico, etc. Todo este conjunto ha conformado la mente (la forma de pensar, la capacidad de imaginación, de creatividad de fantasías).
- Por lo que, en cada individuo se crea una actitud: positiva o negativa, generando en el ser humano diálogos diferentes a la hora de relacionarse tanto individual como social o familiarmente.
- Las diferentes clases de risas no aparecen si no hay pensamiento, por eso en un principio es un sonido, una demanda, una llamada, una escucha…, y poco a poco va formando parte de un aprendizaje para formar parte de nuestra forma de pensar por eso nuestros sentimientos despertarán emociones que generaran pensamientos y llegando a integrar tantas clases de risas como emociones.
- Al reír, el ser humano añade a su vida o a su situación una perspectiva diferente, personal, que además comparte con otros, pues, no solo tenemos la capacidad de reír, sino también la de hacer reír. Este apartado tendrá también mucho que ver en nuestro equilibrio, capacidades, formas diferentes de cómo tengo integrado el dar o el recibir, cómo me relaciono en mi espacio personal desde un buen trato, (buen trato conmigo y con los demás) ya que la risa es un continuo diálogo (abierto-cerrado, lento-rápido, explosivo-receptivo, etc.)
- La risa o la sonrisa forma parte del momento que nos toca vivir, va a tener mucho que ver con toda la estructura cultural, familiar, religiosa, social, (moda, país), etc. Con la que se ha formado la persona en el momento, con la moda y momento político. No es lo mismo un chiste contado en un país o en otro, por ejemplo, pero en general y en un tono adecuado implica gusto, sensibilidad, crítica y un placer inmediato ante la interpretación de los fenómenos sociales.

- De la risa se ha mantenido toda una información social que no se la dejaba salir a flote confundiendo lo serio con lo importante. Sabiendo y dándonos cuenta ya que el humor es otra forma de pensar como venimos diciendo, de relacionarnos de aceptar al otro desde otra crítica y con otra crítica a nosotros mismos, especial, con recursos, decisiva en la que yo elijo tratarme bien y gozar.
- Desprogramando conceptos mal aprendidos por el hecho del razonamiento que nos produce la observación desde el humor.
- Por todo esto es muy importante que también comprendamos el mundo de nuestras fantasías, nuestras ilusiones, nuestros deseos, nuestros objetivos ¿qué somos? ¿me gusta, no me gusta? ¿qué llevamos dentro de nuestro SER? y cómo fuimos conformados como seres humanos, si desde el dolor o la alegría, nuestro mundo ideológico a todos los niveles va a tener que ver con nuestras actitudes positivas o negativas, con nuestra forma de reír, cómo me río y de qué me río, de quién me río…, etc.
- Las emociones dentro de nosotros también se han conformado bajo una estructura relacionada con el sexo con el que nacimos, siguiendo patrones de género, diferentes para "hombre" o "mujer".

5. QI GONG (CHI KUNG)

El ser humano forma parte de la naturaleza y sus principios fundamentales están en armonía con ella. Es por ello que a medida que nos alejamos vamos perdiendo la armonía y con ella la calma.

El Qi gong articula su filosofía teniendo en cuenta la interacción de tres fuerzas entendidas como esencias, a saber: Cielo, Tierra y Naturaleza, y las integra en el Ser Humano a través de la teoría de los cinco elementos, permitiendo racionalizar los aspectos sutiles.

Su historia se remonta a miles de años y su origen se ubica en la antigua China. Forma parte de la Medicina Tradicional China y su objetivo fundamental es el de canalizar la energía vital, concentrarla y dirigirla. Esto se traduce en un aumento de vitalidad, de salud y de agilidad mental.

Es posible practicarlo en todo momento, los requisitos dependen de nuestro estado interior, si bien se recomienda buscar un lugar apropiado, preferentemente en contacto con la naturaleza. La armonía subyacente será nuestra aliada.

Recomendaciones para la práctica:

1. Un espacio ventilado
2. Evitar las temperaturas y luz extremas
3. Evitar las corrientes de aire y la lluvia
4. No practicar cuando hay tormenta eléctrica.
5. Ropa holgada, a ser posible de fibras naturales.
6. Calzado sin tacón
7. Evitar la contaminación acústica, y electromagnética: Tv. Teléfono, etc.
8. Practicar fuera del horario de comidas, especialmente después.
9. No tener prisa.
10. Evitar alcohol, tabaco, drogas, etc.
11. Agradecer el tiempo que dedicamos a nosotros mismos.

Somos lo que pensamos, o podríamos decir también que la realidad que percibimos dependerá de nuestro pensamiento. Los deseos, la ignorancia, el miedo y la ira forman nuestro modo de sentir, de hacer nuestro equipaje. Si los ignoramos nos controlarán sin darnos cuenta.

Para ver lo que tenemos encima, necesitamos distanciarnos.

Mediante la calma mental que produce la lenta y armónica ejecución de los ejercicios, logramos un alejamiento que amplía nuestra perspectiva, reducimos la respuesta emocional y con ello "enfriamos" nuestro corazón.

"El cerebro gestiona lo que el corazón siente."

TALLERES EXPERIENCIALES

EL PEREGRINAJE DE LOS SENTIDOS

CENDÁN VÉREZ, M.

Este taller se ha desarrollado bajo el planteamiento de la Escuela Argentina de Psicodrama de tres contextos (social, grupal y dramático), cinco elementos (protagonista, escenario, director, yo-auxiliar y auditorio) y tres etapas (caldeamiento, dramatización y comentario).

La resiliencia grupal es el resultado de la combinación entre la capacidad innata de resistencia ante la destrucción tanto en personas individuales como en sistemas sociales, junto con la habilidad de aprender de lo sucedido y buscar cómo convertir la crisis en oportunidad de crecimiento. Al adoptar la perspectiva de resiliencia se deja de ver a las personas o grupos en crisis como entidades dañadas y se las empieza a ver como grupos capaces de enfrentar desafíos, reafirmando sus posibilidades de reparación, mediante la colaboración ante la adversidad. El mejor sitio, y a veces el único para desarrollar esta respuesta resiliente, está en el equipo. Si los líderes crean los espacios y procesos para desarrollo de la resiliencia, con técnicas, metodología y humanismo, harán que los colaboradores se sientan a gusto y puedan en su día a día ver una realización personal y la superación de la crisis.

Para este taller, se ha tenido muy en cuenta la potencialidad del grupo para desarrollar esa capacidad de superación aportando la riqueza y potencialidad individual de cada uno de sus miembros. Tal y como nos aporta el maestro Shunryu Suzuki Roshi: “Nuestros oídos escuchan sonidos. Nuestros ojos ven formas. Nuestra nariz percibe aromas. Escuchamos los sonidos sobre un fondo de silencio. Vemos las formas sobre un fondo vacío. Percibimos los aromas sobre el fondo de la ausencia de olor. Y advertimos a nuestro YO que percibe por los sentidos y tiene sentimientos sobre el fondo de ”

TALLERES EXPERIENCIALES

LA PUERTA DE LOS VIENTOS

HIDALGO REBOLLO, M. Y MIRALLES CORREDOR, B.

En un viaje por Marruecos en el que llegamos al Desierto, me contaron que existía un lugar a cerca del mar al que llamaban "La puerta de los Vientos" y que era también "La puerta de los Espíritus". Pensaba que por ese lugar quizás pase "el espíritu de la vida", eso que se llamó "soplo vital", aquella porción de aire en movimiento que somos capaces de generar con nuestro propio aliento, con nuestra respiración, exhalando aquello que somos capaces de sentir y de expresar…Imaginaba "La puerta de los Vientos" como un lugar que se abre y se cierra y por el que pasan vientos que vienen y van en todas direcciones…

Con este sugerente título queremos explorar grupalmente a través de una serie de técnicas (Psicodrama, Gestalt, Musicoterapia, Danza…) para ir formulándonos una serie de preguntas:

Cuándo nos invade el miedo, qué elementos nos llevan a paralizarnos y cuales nos ayudan a movernos para trasformar y transformarse. Qué tememos perder, que apoyos nos permiten inhalar ese "soplo vital" de modo que podamos adentrarnos por "puertas desconocidas", sin dejarnos a merced de mares oscuros y embravecidos….

Cómo deshacer las falsas fantasías, cómo me hago dueña o dueño de mis riendas y me doy importancia para escucharme en lo que siento y pienso, en lo que quiero hacer y no hacer, en lo que quiero implicarme y ausentarme…de qué manera puedo ir tomando consciencia de aquellos aspectos de mi vida en los que me repito una y otra vez…y que podría ir trasformando…

Compartir todas y todos, las ideas que hemos ido generando de manera asociativa, como suele ser habitual en nuestra manera de hacer, seguras de que a su vez, podamos recoger en nuestro "bol", variadas y sabrosas "frutas.

TALLERES EXPERIENCIALES

TRANSFORMANDO LA VULNERABILIDAD EN UNA NUEVA POSIBILIDAD

CARBALLAL BALSA, C. Y RAPOSO RODRÍGUEZ, C.

Tomando la propuesta de la fotógrafa y cineasta iraní, Shirin Neshat: "Hago arte para encontrar respuestas", a través de la utilización de Objetos Intermediarios (Escuela Argentina de Psicodrama- Rojas –Bermúdez) planteamos la posibilidad de transformar la vulnerabilidad en nuevas posibilidades. Se fomentará la reflexión sobre uno mismo y sus posibilidades de transformación. Cómo se vincula el deseo con el cuerpo, cómo expresar el deseo con palabras y su localización en los sentidos.

Siguiendo el recorrido de la obra de Neshat se abordará el cuerpo como lugar donde se inscribe la historia y la posibilidad de reescribir a modo de caligrama qué quieren los demás que pensemos, soñemos, digamos, veamos, olamos, oigamos, …etc….y qué queremos pensar, soñar, decir, ver, oler, oír…etc.

"No podemos pretender que las cosas cambien si seguimos haciendo lo mismo.

La crisis es la mejor bendición que puede sucederle a personas y países porque la crisis trae progreso.La creatividad nace de la angustia como el día nace de la noche oscura. Es en la crisis que nace la inventiva, los descubrimientos y las grandes estrategias" Albert Einstein.

TALLERES EXPERIENCIALES

EL CRECIMIENTO Y LA CULPA

ARMAÑANZAS ROS, G.

Cotidianamente y de forma inconsciente, decidimos que no a crecer, desarrollarnos o seguir aprendiendo. La culpa se suele presentar en el fondo de nosotros como un lastre que nos impide crecer y desarrollar nuestras posibilidades. No nos atrevemos, no nos autorizamos, nos parece demasiado, no nos lo merecemos, nos asusta la altura del éxito. Cuando crecemos se recolocan nuestras figuras internas. El grupo, el grupo interno, puede ser un freno, un generador de culpa y también un gran liberador e impulsor.

Utilizaremos técnicas grupales y psicodramáticas para trabajar lo que surja en el grupo. Haremos un pequeño espacio final de reflexión teórica.

TALLERES EXPERIENCIALES

DESCONGELANDO GRUPOS Y SOCIEDADES

PALACIOS ARAUS, L.

Aunque los temores suelen tener "mala prensa" pueden resultar de forma natural muy beneficiosos, especialmente cuando se mantienen al servicio de la prudencia. Sin embargo, en ocasiones hacen honor a su fama, escapan a nuestro control, se vuelven contra nosotros y nos paralizan impidiendo que desarrollemos nuestros proyectos. El no poder nombrar el miedo, ignorarlo como si no estuviera presente, puede ser el aliado más poderoso de esta perversión de la función original del miedo. En este taller, a través de un metodología activa, tendremos la oportunidad de encontrarnos con algunos de nuestros miedos y desvelar los deseos que pudiesen ocultar. Este puede ser el punto de partida para que reflexionemos sobre el efecto del miedo, y de silenciar el miedo, en los grupos y la sociedad a la que pertenecemos.

TALLERES EXPERIENCIALES

¿QUÉ HACE QUE CONFIEMOS?

LEZAUN, M.

Somos relaciones. “Somos”, el mundo es un plural. Todo ocurre “entre”. Uno solo apenas sobrevive, para salir adelante es preciso contar con el otro, confiar en alguien. Pero, ¿de quién me puedo fiar?, y ¿quién se fía de mí? ¿Qué hace posible una relación honesta, auténtica, sincera? El objetivo de este taller es reflexionar sobre este tema y explorar qué es la confianza, qué significa confiar, en quién confiamos, cómo podemos fomentar la confianza…

TALLERES EXPERIENCIALES

RELAJAR EL MIEDO CON HUMOR EL AFUERA NO PUEDO CONTROLARLO, PERO SÍ EL ADENTRO

CARRASCO GIR, S. Y HERNÁNDEZ SALGUERO, P.

Vivimos tiempos en donde los mensajes sociales son de desconfianza, competitividad, inseguridad, ira, pena,…crisis que inspira miedos. Yo elijo mis pensamientos, mis grupos, mi alimento.

Si no somos conscientes nos vemos envueltos y adoptamos una actitud negativa, contaminada, que afectará nuestro modo de pensar, encasillándonos en el malestar, muerte en vida. Oxigenando con buen humor mi mente, observo de otro modo.

Cuando ofrecemos un espacio de seguridad donde se puede sentir el placer del humor positivo y me rio contigo, no de ti, el grupo nos acepta y nos valora. El humor puede ser la distancia más corta en la comunicación.

El humor desarrolla la creatividad y la acción. Cuando la emoción es positiva, la razón tiende a tornarse del mismo signo.

Para hacer llegar este deseo empleamos técnicas de calidad de vida con el mensaje del bienestar en el espacio personal, familiar, social y lúdico. Utilizamos herramientas de la Medicina China, Inteligencia emocional, Psicoterapia, Risoterapia, Autoconocimiento, Sexualidad y Género.

TALLERES DIDACTICO-EXPERIENCIALES

PASEO ENTRE EMOCIONES – DE LA EMOCIÓN AL AFECTO

AIGER VALLÉS, M. Y PALACÍN LOIS, M.

OBJETIVO:

Vivenciar y reflexionar sobre las emociones en los procesos de cambio y adaptación. Los recursos necesarios para poder adaptarse de forma saludable y óptima.

Las emociones de carácter intra personal e inagotable son necesarias para la supervivencia de los seres vivos. Las emociones pueden ser agradables pero también desagradables, y tanto las de un tipo como las de otro pueden ser saludables o pueden ser no saludables. Lo importante es que ambos tipos son necesarios para la supervivencia óptima del ser humano. Es decir, las emociones no saludables debemos aprender a no soportarlas, y sí aprender a soportar las que son saludables para el ser humano. Pero algo fundamental, es que de las emociones saludables todas no son agradables para nosotros, la tristeza, la rabia no nos resultan agradables, aunque aprender a soportarlas para que nos orienten en la vida es del todo necesario para nuestra supervivencia, y aún diría más, para nuestra capacidad de poseer recursos personales, profesionales, tanto para nosotros mismos como para los demás.

TALLERES DIDACTICO-EXPERIENCIALES

AGUA Y SAL: COMO ACTIVAR NUESTRA CAPACIDAD DE AUTOSANACIÓN

NAVARRO ROLDÁN, N.

El taller pretende mostrar como a través de las Técnicas Activas y Psicodrama se puede trabajar en grupo con los recursos resilientes frente a la enfermedad o el trauma. Activar estrategias de autosanación nos ayuda a comprender dónde se ha roto el balance o equilibrio necesario entre recursos personales y adversidades. La metáfora Agua y Sal tiene que ver con ese correcto equilibrio entre nuestro interior y nuestro exterior que nos permite vivir saludablemente. La pérdida de confianza en que podemos activar nuestros propios recursos suele estar en la base de procesos inevitables.

Este Taller se presentara de forma experiencial preferentemente, situando los referentes teóricos y de experiencia profesional y dejara un tiempo al final para preguntas, creando un debate compartido sobre la temática así como lo vivenciado en el taller.

TALLERES DIDACTICO-EXPERIENCIALES

HUMOR Y AUTOCONOCIMIENTO PARA EL CAMBIO

Pilar Hernández Salguero y
Sebastian Carraco Giron

Vivimos en una sociedad desarrollada y quizás por ello las presiones a que nos vemos so-metid@s se tornan a menudo más complejas; a veces percibimos que escapan a nuestro control y la sensación de paz y bienestar se va diluyendo, dando paso a la ansiedad, la preocupación, la frustración y la pérdida de ilusiones que esto conlleva.

A menudo la réplica de conductas aprendidas, de certezas sin cuestionar, tomadas como un bocadillo entero envuelto en su plástico, marcan nuestro pensamiento y con ello nuestra forma de percibir lo que nos rodea. Y tal como pensamos entendemos la vida y las relaciones humanas.

En estos momentos de crisis generalizada, aunque la integridad física, generalmente no está en juego, la integridad psicológica a veces se pierde. La pérdida de confianza en nuestros recursos y en definitiva en nosotr@s mism@s produce ansiedad, miedo, y nos impide actuar con eficacia. Identificar el potencial que tod@s llevamos dentro y desarrollar nuestras capacidades puede ayudarnos, y para ello es necesario dejarlas salir con optimismo y confianza, creer en nosotr@s y ser parte de un futuro mejor.

Tod@s tenemos las cualidades necesarias para nuestro propio desarrollo.

Aprender a valorarnos con descaro, sin trabas y sin perder el respeto a l@s demás aumentará nuestros recursos y con ello la capacidad de ser más felices.

Generalmente enumeramos con más facilidad y en mayor número nuestras "incapacidades" que nuestras "capacidades", esto es fruto de una observación tenaz y despiadada que no aplicaríamos a un ser querido en la misma medida.

Es necesario pues identificar los aspectos positivos que tenemos y equilibrar la balanza, o mejor, inclinarla del lado más amable y tratarnos bien, dejar salir toda la energía que tenemos como personas con los mismos derechos y obligaciones y contagiarla a nuestro alrededor.

El núcleo familiar forma un entorno de apoyo para resolver las situaciones y reencontrar la paz pero también a menudo, es donde descargamos las emociones negativas, conduciendo a la pareja e hij@s a crisis internas. Esto es debido en muchas ocasiones a esquemas erróneos, a roles impuestos, a expectativas socioculturales, y en definitiva al modo en que nos relacionamos.

Esto hace que diariamente acumulemos tensiones emocionales, creando malestar propio y a nuestro alrededor, ANSIEDAD, la incertidumbre, ANGUSTIA sensación de estar atrapados sin salida, MIEDO: al abandono, a la pérdida, a la soledad, etc.

A lo largo de la historia, el ser humano ha ido adaptando su respuesta emocional y fisiológica a las situaciones, los cambios se producían lentamente; sin embargo hoy los cambios suceden en una sola generación: la crisis, los roles de género, la multiculturalidad, las creencias, las prisas, la competitividad, la imagen, el concepto de bienestar, etc., y la respuesta no puede ser elaborada por la experiencia anterior pues no existen patrones válidos anteriores.

La experiencia demasiado intensa o continuada de estas situaciones causa deterioro en la persona que las vive y afectan de un modo especial a su relación con los demás.

Esta percepción es calibrada por nuestro sistema de valores y a la respuesta la llamamos “estrés emocional”.

A lo largo del curso, experimentamos técnicas de Risoterapia (Humor y P. Positivo), I. emocional, Musicoterapia, Autoconocimiento, Sexualidad y Relaciones Humanas (T. R.) y Chi-kung (MTCH) que ayudan a entender nuestras emociones controlar la ira y canalizar la respuesta conscientemente.

> Las emociones son por tanto el vehículo en el que viajamos.
> No solo afectan a nuestra percepción de lo que nos ocurre: lo que “Sentimos” sino también a nuestro cuerpo físico “Somatizaciones” generando deterioro en nuestra salud.
> Generalmente actuamos en consecuencia a estas emociones, si “estamos” alegres “transmitimos” alegría, si “estamos” tristes (…).

Uno de los efectos del humor y la risa es la producción de endorfinas, sustancia que segrega nuestro cerebro (como en el enamoramiento y el orgasmo) y que

produce tranquilidad sosiego, descanso, placer, etc., Otro de los aspectos que vamos a disfrutar es el aprendizaje de técnicas de relajación y conciliación del sueño.

OBJETIVOS

Dotar del estímulo y las herramientas capaces de generar un espíritu de alegría e igualdad que nos permita mejorar las relaciones en todos los ámbitos: personal, familiar y social.

1. ***La Respiración Consciente***. *Enseñar un modo de controlar y redirigir los estímulos que provocan estados de ánimo negativos, cuando éste aparece y modificar la respuesta físico-emocional.*
2. ***Enriquecer el mundo sensual*** *mediante el auto-conocimiento y potenciar las relaciones placenteras.*
3. ***Conocer las ventajas del humor risa***. *Proporcionar momentos de ocio y diversión.*
4. ***Aprender a vivir desde lo cotidiano***. *Desarrollar el concepto del pensamiento positivo.*
5. ***Identificar*** *nuestro espacio interior, social y relacional.*
6. ***Comprender*** *los guiones que marcan nuestra vida.*
7. ***Mejorar*** *el concepto de la autoestima.*
8. ***Interpretar*** *correctamente los sentimientos del otro/a. La capacidad de escuchar y escucharse.*
9. ***Diferenciar*** *el buen y el mal trato.*
10. ***Fomentar*** *la creatividad y el desarrollo personal.*
11. ***Conectar*** *con su niño interior, desinhibido y participativo.*
12. ***Practicar*** *ejercicios, suaves y profundos que actúan sobre nuestro organismo y nuestra capacidad mental.*

REALIZACIÓN

El desarrollo del curso comprende tres aspectos fundamentales del desarrollo humano:

1. ***Salud****: Mediante el aprendizaje de técnicas de Risoterapia, Inteligencia Emocional, Qi Gong (chi-kung), y Terapia de Reencuentro se dota al individuo de la capacidad para mejorar la propia salud física y mental, desarrollando habilidades*

para enfrentarse a los conflictos. ***Experimentaremos*** *mediante el juego, la música y los sentidos a recuperar la espontaneidad e imaginación que nos hace disfrutar de la vida. Ver el lado positivo de la vida no nos priva de conocer los aspectos difíciles y negativos, sin embargo es el impulsor del cambio, es la energía que necesitamos para ponernos en marcha.*

2. ***Social****: La práctica de ejercicios de aproximación, interrelación, comunicación, expresión corporal, etc., desarrolla en la persona que participa la conciencia del Espacio Personal, Social y Relacional, una actitud más solidaria y altruista, e integra los principios de Igualdad. Comprensión del "Buen Trato" hacia uno mismo y hacia los demás.*

3. ***Lúdico****: El objetivo es aprender pasándolo bien, desarrollar el sentido del humor, divertirse y jugar. La desinhibición, la pérdida del miedo al ridículo y el miedo al fracaso, aportan credibilidad en un futuro mejor, y la percepción de que cada un@ somos l@s creadores. Utilizaremos juegos, material audio visual, colchonetas de yoga, instrumentos de lo más variado,...y una dosis abundante de buen humor. Por eso te pedimos que traigas ropa cómoda y tu comprensión.*

QUÉ ES Y CÓMO TRABAJAREMOS LA RISOTERAPIA

- La Risoterapia es una terapia de apoyo, los asistentes aprenden a conseguir la risa franca, obteniendo con ello ayuda para eliminar problemas psicosomáticos.
- En los talleres se enseñan pautas para aprender a reír, a tomar conciencia de la respiración, ejercicios de respiración con la risa, memoria de la risa, imaginación para integrar la risa en nuestra vida, y ejercicios para reír en los cuales se pueden incorporar diferentes conocimientos: clown, juegos, bailes, masajes, etc.,
- El humor y la risa presentan una duración determinada. No puedes estar todo el día riendo o gastando bromas ya que se desgastaría el organismo sin resultar rentable hacerlo para conseguir los fines biológicos. La risa, la sonrisa, son las manifestaciones de la emoción y éstas como explico son puntuales, obteniendo con ellos los beneficios para ayudar a eliminar los problemas psicológicos o físicos, en una palabra descargar tensiones acumuladas.
- En Risoterapia se trabaja sobre todo con la expresión de las emociones.
- Trabajaremos también el entrenamiento en emociones positivas.

- En el entrenamiento de posiciones positivas el objetivo es aumentar el bienestar físico y psicológico de las personas. En este trabajo también se incorpora los ejercicios con el propósito de llegar a tres niveles:
- Dirigir la atención desde un trabajo voluntario positivizando las situaciones.
- Ejercitar la memoria en recuerdos positivos, divertidos, agradables, que nos hicieron sentir bien en el pasado.
- Controlar los pensamientos negativos para poder darme cuenta y transformarlos. Cuando revelamos a alguien la existencia de un tesoro, lo primero que tenemos que hacer es darle un mapa para que pueda encontrarlo, no ponerlo a buscar por toda la tierra. (Federico Pérez, psicoterapeuta mejicano).

En una palabra dar herramientas para saber manejarnos en nuestro mapa personal.

ORIGENES Y EFECTOS

- La risa es una respuesta fisiológica que surge de la necesidad. Forma parte de nosotros, cuando nacemos, ya está integrada en nuestro ser, la sonrisa; con ella seducimos demandando nuestras necesidades, para bien o para mal irá formando parte de nuestro propio aprendizaje como seres únicos y sexuados.
- La capacidad de reír, sonreír y llorar, y el sentido del humor son características vitales del ser humano equiparables a la capacidad de hablar. Estos sonidos generan diferentes estados de ánimo. Conformando nuestro cuerpo físico, mental, emocional y relacional.
- Aparece, antes de la formación de procesos cognitivos complejos. De hecho, el ser humano comienza a reír y llorar, antes de aprender a hablar y pensar.
- En cada una de estas experiencias "risa, sonrisa y llanto" hay elementos que participan: el entorno familiar, el entorno cultural, social, religioso, mundo ideológico, etc. Todo este conjunto ha conformado la mente (la forma de pensar, la capacidad de imaginación, de creatividad de fantasías).
- Por lo que, en cada individuo se crea una actitud: positiva o negativa, generando en el ser humano diálogos diferentes a la hora de relacionarse tanto individual como social o familiarmente.

- Las diferentes clases de risas no aparecen si no hay pensamiento, por eso en un principio es un sonido, una demanda, una llamada, una escucha…, y poco a poco va formando parte de un aprendizaje para formar parte de nuestra forma de pensar por eso nuestros sentimientos despertarán emociones que generaran pensamientos y llegando a integrar tantas clases de risas como emociones.
- Al reír, el ser humano añade a su vida o a su situación una perspectiva diferente, personal, que además comparte con otros, pues, no solo tenemos la capacidad de reír, sino también la de hacer reír. Este apartado tendrá también mucho que ver en nuestro equilibrio, capacidades, formas diferentes de cómo tengo integrado el dar o el recibir, cómo me relaciono en mi espacio personal desde un buen trato, (buen trato conmigo y con los demás) ya que la risa es un continuo diálogo (abierto-cerrado, lento-rápido, explosivo-receptivo, etc.)
- La risa o la sonrisa forma parte del momento que nos toca vivir, va a tener mucho que ver con toda la estructura cultural, familiar, religiosa, social, (moda, país), etc. Con la que se ha formado la persona en el momento, con la moda y momento político. No es lo mismo un chiste contado en un país o en otro, por ejemplo, pero en general y en un tono adecuado implica gusto, sensibilidad, crítica y un placer inmediato ante la interpretación de los fenómenos sociales.
- De la risa se ha mantenido toda una información social que no se la dejaba salir a flote confundiendo lo serio con lo importante. Sabiendo y dándonos cuenta ya que el humor es otra forma de pensar como venimos diciendo, de relacionarnos de aceptar al otro desde otra crítica y con otra crítica a nosotros mismos, especial, con recursos, decisiva en la que yo elijo tratarme bien y gozar.
- Desprogramando conceptos mal aprendidos por el hecho del razonamiento que nos produce la observación desde el humor.
- Por todo esto es muy importante que también comprendamos el mundo de nuestras fantasías, nuestras ilusiones, nuestros deseos, nuestros objetivos ¿qué somos? ¿me gusta, no me gusta? ¿qué llevamos dentro de nuestro SER? y cómo fuimos conformados como seres humanos, si desde el dolor o la alegría, nuestro mundo ideológico a todos los niveles va a tener que ver con nuestras actitudes positivas o negativas, con nuestra forma de reír, cómo me río y de qué me río, de quién me río…, etc.

- Las emociones dentro de nosotros también se han conformado bajo una estructura relacionada con el sexo con el que nacimos, siguiendo patrones de género, diferentes para "hombre" o "mujer".

QI GONG (CHI KUNG)

El ser humano forma parte de la naturaleza y sus principios fundamentales están en armonía con ella. Es por ello que a medida que nos alejamos vamos perdiendo la armonía y con ella la calma.

El Qi gong articula su filosofía teniendo en cuenta la interacción de tres fuerzas entendidas como esencias, a saber: Cielo, Tierra y Naturaleza, y las integra en el Ser Humano a través de la teoría de los cinco elementos, permitiendo racionalizar los aspectos sutiles.

Su historia se remonta a miles de años y su origen se ubica en la antigua China. Forma parte de la Medicina Tradicional China y su objetivo fundamental es el de canalizar la energía vital, concentrarla y dirigirla. Esto se traduce en un aumento de vitalidad, de salud y de agilidad mental.

Es posible practicarlo en todo momento, los requisitos dependen de nuestro estado interior, si bien se recomienda buscar un lugar apropiado, preferentemente en contacto con la naturaleza. La armonía subyacente será nuestra aliada.

Recomendaciones para la práctica:

1. Un espacio ventilado
2. Evitar las temperaturas y luz extremas
3. Evitar las corrientes de aire y la lluvia
4. No practicar cuando hay tormenta eléctrica.
5. Ropa holgada, a ser posible de fibras naturales.
6. Calzado sin tacón
7. Evitar la contaminación acústica, y electromagnética: Tv. Teléfono, etc.
8. Practicar fuera del horario de comidas, especialmente después.
9. No tener prisa.
10. Evitar alcohol, tabaco, drogas, etc.
11. Agradecer el tiempo que dedicamos a nosotros mismos.

Somos lo que pensamos, o podríamos decir también que la realidad que percibimos dependerá de nuestro pensamiento. Los deseos, la ignorancia, el miedo y la ira forman nuestro modo de sentir, de hacer nuestro equipaje. Si los ignoramos nos controlarán sin darnos cuenta.

Para ver lo que tenemos encima, necesitamos distanciarnos.

Mediante la calma mental que produce la lenta y armónica ejecución de los ejercicios, logramos un alejamiento que amplía nuestra perspectiva, reducimos la respuesta emocional y con ello "enfriamos" nuestro corazón.

"El cerebro gestiona lo que el corazón siente."

Formamos el proyecto:
***Pilar Hernández Salguero y Sebastián Carrasco Girón**.*
(Esposados, je, je, desde 1978, padres de Victoria,
de Miguel Ángel y abuelos de Aitana)

TALLERES DIDACTICO-EXPERIENCIALES

¿QUÉ QUEREMOS DECIR CUANDO HABLAMOS DE INTEGRACIÓN DE TÉCNICAS?

Pi Ordóñez, M y Oneca Eransus, C.

¿Qué queremos decir cuando hablamos de integración de técnicas? ¿La palabra "integrar" sería la adecuada? Quizá cuando el grupo está en acción, sería más adecuado hablar de articular técnicas. En las articulaciones hay dos componentes distintos que encajan y se mueven de forma armoniosa, cuando integramos la harina con la sal y el agua nos da algo distinto: la masa del pan. En nuestra experiencia de conducción de grupos utilizando diferentes técnicas, concretamente grupoanálisis y psicodrama, el proceso se asemeja más a la articulación que a la integración. ¿Qué determina la utilización de una u otra técnica? Evidentemente el momento grupal, las necesidades del grupo. Puede haber una preparación previa, sobretodo en la primera sesión, cuando las personas que forman el grupo aún no se conocen, pero a medida que el grupo avanza, dicha preparación deja de ser útil, pues el grupo dicta sus leyes y las coordinadoras deberían estar atentas a lo que surge y utilizar una u otra técnica dependiendo del momento. En nuestra propuesta nos gustaría presentar de forma didáctica-experiencial nuestro modo de trabajar articulando distintas técnicas basada en la experiencia de conducción de grupos siguiendo esta orientación que durante dos años hemos presentado en la Academia de Verano de Granada.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

SOMOS LO QUE CAMBIAMOS PARA HACER LO QUE SOMOS

González Fernández, S. y Guil Bozal, R.

"Somos lo que hacemos para cambiar lo que somos"
Eduardo Galeano

En esta aportación, entendemos resiliencia como entereza más allá de la resistencia. No es sólo permanecer en pie, sino aprender de la situación adversa y salir de ella más fortalecido. Desde 1972, en más de 40 años, un grupo ha pasado por experiencias muy diversas, tanto dentro de su propia evolución como en el contexto histórico en el que se desarrolla, y afortunadamente, esa vida grupal está documentada y autoanalizada como en un diario personal. Con este valioso material, a través de una experiencia audiovisual, queremos exponer en el presente taller un camino de adaptación y crecimiento de la SEPTG en su contexto político, económico, histórico, social y cultural. Para ello nos serviremos de una combinación de técnicas para dinamizar grupos de trabajo, técnicas grupales de discusión y técnicas aplicadas de coaching.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

HUELLAS PROFUNDAS

VARGAS REAL, F.

Cuando decidí presentar una comunicación al XLI Symposium de la SEPTG, Vulnerabilidad y resiliencia grupal: Del Miedo a la Acción, pensé hablar de las FAMILIAS, de las diferentes familias que coexisten en el mundo, compartir reflexiones acerca de ellas. Encuentro estudios que demuestran que hay muchas formas de organización familiar que varían según la época, la región y las leyes de cada país.

Hace nueve años cuando en 1994, Año Internacional de la Familia, la Asamblea General de las Naciones Unidas reconoció doce configuraciones distintas existentes en diferentes sistemas sociopolíticos y culturales, propusieron trabajar para que los gobiernos, las autoridades y la opinión pública llegaran a una comprensión exacta de la diversidad familiar. Por tanto quiero resaltar que una de las características primordiales de las familias es su diversidad, desterrando la idea de un modelo único y legítimo de familia y el juzgamiento de otra forma como "patológica", "desviadas" o al menos "sospechosas" o directamente como no familias.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

DEL MIEDO A COOPERAR A LA ACCIÓN DEL CUIDADO

González López, P

Esta comunicación tiene por objetivo dar conocer, cómo la cooperación y la colaboración, conceptos distintos definibles en función de los grupos, es necesaria en el cuidar, cuidarse y ser cuidado.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

ACOSO ENTRE PARES: PSICODRAMA PARA COMPRENDER E INTEGRAR LA VIOLENCIA COMO PARTE DEL CRECIMIENTO ADOLESCENTE

NAVARRO ROLDÁN, N.

El viaje adolescente, se da siempre entre pares. Es una etapa social en la que los adolescentes viven entre redes de lealtades mutuas que a veces les lleva a situaciones muy difíciles que debemos comprender como rituales en la mayoría de las veces. Entender su mundo, acompañarles, es un reto. El presente trabajo parte de una experiencia dentro del aula, de más de 15 años, con adolescentes. Centrado en la prevención y en la intervención tanto en grupo como en consulta psicopedagógica dentro de un IES.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

RESILIENCIA Y RE-SILENCIA. UNA EXPERIENCIA DE TRABAJO GRUPAL CON MUJERES INMIGRANTES PAKISTANÍES

MIRALLES CORREDOR, B.

Se trata de un trabajo grupal llevado a cabo durante dos años en un Centro Intercultural en la ciudad de Valencia con mujeres inmigrantes mayoritariamente de origen pakistaní.

Me propuse reflexionar sobre la experiencia de la interculturalidad y sobre las dificultades, aciertos y desaciertos de intentar utilizar técnicas de trabajo grupal, en mi caso procedentes del psicodrama y otras diversas técnicas de dinámicas de grupo, con grupos humanos culturalmente muy diferentes a nuestra cultura occidental; en donde la dificultad del idioma se une a la de intentar aproximarse a otras formas de comprender la realidad, a otras maneras de entender lo público y lo privado, lo que puede expresarse o silenciarse, a formas muy distintas de entender la belleza o la bondad…de hablar, escucharse o de expresar respeto por el prójimo…Sea cual sea el método escogido creo que la práctica del trabajo intercultural debe propiciar una aproximación cuidadosa y respetuosa entre culturas que nos ofrezca la posibilidad de convivir con "las otras y otros diferentes". Supone un ejercicio importante de autocrítica que nos permita al menos intentar tomar consciencia de nuestras propias posiciones etnocéntricas (conscientes o inconscientes) de modo que no nos impidan tomar como válidas otras formas distintas a las nuestras, de entender y dar sentido a la vida y al mundo que nos rodea.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

23 AÑOS DE EXPERIENCIAS EN GRUPOS (DE MÉRIDA 1994 A GRANADA 2013)

Carmen Esther Onieva Larrea, C.E

González de Mendibil Alcorta, E.

Con el pequeño documental que presentamos, pretendemos exponer a través de imágenes, el trabajo grupal realizado con madres de personas con discapacidad intelectual a lo largo de 23 años. Este trabajo se realiza en el Centro de Orientación Familiar con familias del Colegio El Molino, pertenecientes a la Fundación Ciganda Ferrer de Pamplona.

Tratamos de mostrar el acompañamiento ininterrumpido a las familias, en el abordaje de los acontecimientos vitales con respecto a sus hijos/as. El objetivo con el que nació esta experiencia, era el de poder involucrar a las familias y que tuvieran un espacio donde poder hablar de las consecuencias de tener un hijo/a con discapacidad. La atención individual con las familias se realizaba, pero se optó por un abordaje grupal para poder llegar a más familias.

Al poco tiempo se consiguió el objetivo inicial, pero descubrimos que el trabajo no terminaba ahí, sino que justamente empezaba. Es decir, el acompañamiento en los momentos claves de la vida tanto de los chicos y chicas así como de ellas mismas. El impacto de la noticia, la pérdida de la red social, la herida narcisista, el divorcio emocional, los otros hijos, el envejecimiento, el futuro, la calidad de vida....son algunos de los temas que tratamos de mostrar en este video.

RESUMEN DE COMUNICACIONES

ACCIÓN Y SUS EFECTOS EN SITUACIÓN DE TRANSICIÓN PROFESIONAL. INFLUENCIA SOBRE IDENTIDAD SOCIAL

Dra. Cotalat, A.M.

El objetivo de esta comunicación es de aportar una contribución práctica, a partir de una investigación sobre la Identidad, la Acción y las Capacidades en diferentes contextos organizativos del trabajo. Durante mucho tiempo, la psicología social dejó la acción entre paréntesis mas bien relacionada con el concepto de comportamiento. Sin embargo, la acción participa a la construcción de la identidad social y a su dinámica, a partir de los efectos "capacitarios" Costalat-Founeau (2013).

RESUMEN DE COMUNICACIONES

VERDE QUE TE QUIERO VERDE. SÍMBOLOS Y RITOS DE LA TRANSFORMACIÓN EN EL MEDITERRÁNEO

BURMEISTER, J.

La esperanza, la nueva vida, el amor que comienza y transforma resuena en el verde, en las palabras de Federico García Lorca, en el legado de Granada que alberga el congreso. Pero también resuena el punzón de la muerte, el punzón de sus aguas más ocultas y de golpes tan terribles cuando tocamos el fondo de nuestra existencia. Esta comunicación explorará ritos y símbolos que están alojados en el inconsciente colectivo del Mediterráneo. Como pueden servirnos para arrancar el proceso de un cambio tanto en la terapia grupal como en otras áreas. Abordará el significado de herramientas poco usuales como la inteligencia intuitiva, los ritos de la poesía y la práctica de una "alquimia grupal". Trata de iluminar una parte del laberinto del camino de nuestra vida que nos conduce siempre hacia su centro. Se basa en conceptos de CG Jung, de JL Moreno, de SH Foulkes y de la neurobiología moderna.

-TALLER PARA NO SOCIOS-

TRÁNSITO

CARBALLADA ACHALANDABASO, P
CAPILLA SÁNCHEZ, A.
MALDONADO BARRERA, M.
Centro Moreno de Granada

Objetivo: Explorar los recursos individuales de resiliencia, que ayudan a afrontar y superar una situación de riesgo en el camino de la vida, utilizando técnicas activas de psicodrama.

—LIBROS—

DEL MIEDO A COOPERAR A LA ACCIÓN DEL CUIDADO

Silva Vázquez, M.
González P.

Hasta ahora, el concepto de cuidado se ha abordado desde la relación diádica cuidador-cuidado por enfermedad o carencia. Este libro va más allá, parte de la salud para justificar que la cooperación en el cuidado es necesaria para vivir más y mejor en la vida cotidiana.

Invita a la reflexión para que padres, maestros, médicos, enfermeras, jefes de personal, etc.,entiendan el significado sistémico y reversible del trío cuidar, cuidarse y ser cuidado. Atañe a toda clase de personas: parejas, amigos, colegas en sus relaciones interpersonales y grupales.

Puede parecer excesivo extrapolar un estudio desde la persona a un sistema grupal, a no ser que se cuente con una teoría que lo justifique, para lo cual se toman algunos conceptos de la Teoría de la Psicología de la Orientación Vital de V.J. Wukmir, junto a aspectos más actuales desarrollados de la Psicología de los Grupos.

Este libro es continuación de las reflexiones de una experiencia vital que el autor explicó en 'La Constelación de Cáncer', publicado en esta misma editorial, para dar cuenta de su proceso de curación. Allí narraba la relación cuidador paciente junto a los testimonios escritos por miembros de los grupos familiares y amicales que le apoyaron. Ahora propone que el cuidado forma parte de la salud y el bienestar.

—LIBROS—

RELACIONES TÓXICAS: ACOSO, MALOS TRATOS Y MOBBING

ARMAÑANZAS, G.

La originalidad el texto radica en el estudio que el autor hace de la relación que vincula a acosados y acosadores. Aporta información para entender estas relaciones que califica de "tóxicas", también para librarse de ellas o para hacerlas "sanas".

Utiliza un lenguaje sencillo, introduce relatos para acercar conceptos de la psicología profunda que ayuden a responder a preguntas sobre el tema, como, ¿por qué los acosados tras romper una relación de ese tipo suelen volver a establecer nuevas relaciones en las que también sufren acoso? ¿Qué les hace adoptar estas conductas en silencio?, ¿Por qué los que sufren el acoso tardan tanto tiempo en ser consciente de ello?, ¿Por qué la victima vive en silencio esas conductas durante mucho tiempo?

Esperamos, tras la lectura del texto, que el lector tenga herramientas para desentrañar la complejidad de las relaciones tóxicas más allá de los estereotipos habituales.

—LIBROS—

EL LABERINTO HUMANO

Alemán Mémdez, S.
Sosa Pérez, C.D.

Mucho se ha hablado de la enfermedad Psicosomática, mucho menos de lo psicosomático desde una concepción actualizada.

En este libro los autores nos proponen un camino agradable y cercano, a la vez que riguroso, para comprender y profundizar en el complejo concepto de lo Psicosomático-Somatopsíquico. Nos recuerdan que no es un asunto que sólo atañe a los procesos de enfermedad, es un concepto que tiene que ver con el ser humano desde que nace hasta que muere y en todo momento. No hay algunas enfermedades psicosomáticas. La enfermedad siempre es psicosomática,la salud es siempre psicosomática, el actuar es siempre psicosomático…el ser humano en su ser y actuar es psicosomático o somatopsíquico, da igual la formulación.

Se posicionan con claridad: desde su experiencia personal-profesional y su lectura de la realidad: se crece y se "sana" holísticamente, o de lo contrario, realmente ni se crece ni se "sana".

En la primera parte del libro, los autores, a pie de calle (refranes, dichos, canciones…), constatan que las personas cotidianamente y de forma natural se "viven" y se "expresan" psicosomáticamente o somatopsíquicamente, que es lo mismo.

En la segunda parte se atreven a "contarnos", con un lenguaje sencillo y asequible, su experiencia de tratamiento global (Psicomanual), llevada cabo, en espacios y momentos diferentes, por dos terapeutas diferentes sobre el mismo paciente.

Un psicoterapeuta (básicamente orientación psicoanalítica) que no olvida nunca que su intervención psicológica está "tocando" el cuerpo y un fisioterapeuta (terapeuta manual) que "sabe" que, al tratar el cuerpo, moviliza su psiquis. Se trata de una nueva forma de acercarse teórica y prácticamente al ser humano que simbólicamente llaman el Laberinto humano.

—LIBROS—

ASPECTOS PSICOSOCIALES DE LA COMUNICACIÓN

GUERRA DE LOS SANTOS, J
MARTÍNEZ PECINO, R.

Vivimos en la era de la comunicación. En ninguna época precedente fue tan rápido y fácil poder comunicarnos unos con otros. Diferentes tecnologías han permitido este rápido avance tecnológico y social. Sin embargo, esta mejora en el medio, no significa que los actores del proceso -las personas- estemos exentos de mecanismos de influencia intrapersonal e interpersonal que puedan ejercer un efecto en la forma en que nos comunicamos. El fenómeno de la comunicación es abordado en esta obra de manera interdisciplinar, entendiendo que esa forma de aproximación al fenómeno comunicativo ayudara a las personas que lean esta obra a tener una visión más crítica e integradora del mismo. A lo

largo de quince capítulos un amplio grupo de personas expertas de las Universidades de Anahuac (México), Barcelona, Cádiz, Granada, Huelva, Islas Baleares, Minho (Portugal) y

Sevilla selecciona para sus lectores las perspectivas comunicativas más útiles e interesantes. Los temas desarrollados se agrupan en cuatro bloques: I Introducción, II. Procesos y variables psicosociales, III. Comunicación y medios y IV. Contextos específicos de la comunicación. La combinación de aspectos clásicos como el estudio de las actitudes y estereotipos (capitulo

3) con otros más actuales como la comunicación en contextos digitales (capítulo 7) o la comunicación en la prensa deportiva (capítulo 15) sirven de ejemplo para mostrar la amplitud de contenidos que integran esta obra. Estos contenidos se encuentran acompañados de ejercicios y actividades que invitan a la reflexión crítica y a adoptar un papel activo durante la lectura.

—POSTERS—

MUJERES, UNIVERSIDAD Y RESILIENCIA ACADÉMICA ¿QUIÉN SACA MEJORES NOTAS?

SARA VERA GIL
Personal Investigador en Formación
Departamento de Psicología Social
Universidad de Sevilla

El objetivo de este trabajo es visibilizar las calificaciones de alumnas y alumnos en la titulación de Grado en Psicología de la Universidad de Sevilla, y establecer una posible relación entre éstas y la resiliencia académica entre quienes obtienen mejores notas. Para ello, contando con el total de alumnado matriculado en la titulación a lo largo del curso 2011-2012, se presentará el análisis descriptivo de las calificaciones obtenidas desagregadas por sexo. Los resultados podrían explicarse a partir del diferente desarrollo vital condicionado por el sexo, ya que mujeres y hombres ven moldeada su experiencia académica, en buena parte, por la pertenencia a uno u otro sexo.

—POSTERS—

"ASOCIACIÓN ESPAÑOLA PARA EL FOMENTO DE LA EDUCACIÓN ESPECÍFICA (AEEE) UN PROYECTO RESILIENTE"

Concepción Garrido
María José Andrés
Ana Guil

Describiremos los primeros pasos de una futura Asociación que se espera crear con el apoyo de amistades, simpatizantes y familiares de quienes tienen hijos e hijas con enfermedades raras. Desde el proyecto a la busqueda del edificio y el contacto con las personas afectadas, mostraremos la iniciativa en boca de su principal protagonista, la madre de una niña con Hemiplejia Alternante Infantil.

—POSTERS—

RESILIENCIA Y TOMA DE ACCIÓN EN MENORES Y JÓVENES EXTRANJEROS NO ACOMPAÑADOS

GABRIELA N.
MARTÍNEZ -TABOADA, C

El proceso migratorio y vivir en una institución es la realidad cotidiana de los menores extranjeros no acompañados. Estos pueden considerarse como factores adversos. Sin embargo, investigaciones previas señalan que el bienestar no siempre empeora (Cuellar, Bastida y Braccio, 2004; Sam, 1998), y que surgen recursos para hacer frente a la situación (Achotegui, 2008). Entre estos recursos estaría la percepción de resiliencia. La resiliencia caracteriza como un conjunto de procesos sociales e intrapsiquicos que posibilitan tener una vida sana en un medio "insano". Estos procesos se realizan a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones a los jóvenes en su ambiente grupal, social y cultural (Rutter, 1992). Se suele asociar a la satisfacción con la vida que puede hacer referencia a un juicio global sobre la experiencia vital general (Diener et. al., 1985). El objetivo de este trabajo es analizar el nivel de resiliencia y de satisfacción con la vida de dos grupos de jóvenes en situación de riesgo que apostaron por cumplir ciertos requisitos que permitieron a los menores en pisos de acogida pasar a pisos de emancipación. Esto en gran medida nos habla de una población que ha pasado de una situación vulnerable y difícil a una que, en principio, apuesta por una acción positiva para sus vidas.

—POSTERS—

POLÍTICOS MUNICIPALES Y TWITTER: EL CASO DE LAS ELECCIONES MUNICIPALES DE 2011

León Contreras, C.
Guerra de los Santos, J.M.

El papel que las redes sociales juegan en nuestras relaciones sociales es visible también en la esfera de la propaganda política. Desde la victoria de Obama en 2008, su uso se ha extendido como un medio para contactar con los ciudadanos de los que se espera su apoyo electoral a con los que se intenta contactar. Aunque este fenómeno ha sido analizado en las elecciones presidenciales de diferentes países, apenas tenemos información sobre cómo se utilizan en el ámbito de las elecciones municipales. En el presente trabajo, se aborda dicha laguna en la literatura, analizando 6292 tweets de 65 candidatos electos de las principales ciudades españolas.

—POSTERS—

LA MAESTRA COMO FUERZA CIVILIZADORA EN EL WESTERN CLÁSICO

ABAD,J.
LOS CERTALES,F.

Frente a conceptos grupales como “banda de forajidos” basado en la violencia, o “pueblo norteamericano” que se une y defiende su identidad atacando también con violencia, las maestras, valientes y esforzadas, pero centradas sobre todo en la acción educativa, apoyan y fomentan la formación de un auténtico grupo, ético y equilibrado. Un grupo que incluye en su dinámica la adquisición de saberes que refuerzan como pilares básicos la cultura, el trabajo, la cooperación y la paz. Las maestras ejercen una interesante función de “LIDERAZGO” que nada tiene que ver con la violencia. Lo que ofrece la maestra en el salvaje mundo del Oeste americano no se fundamenta en la razón de la fuerza sino en LA FUERZA DE LA RAZÓN.

INFORMACIÓN Y FORMULARIOS

FINALIDAD DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERÁPIA Y TÉCNICAS DE GRUPO

A) Agrupar a aquellos trabajadores y promotores de la salud mental interesados en las teorías e instrumentos grupales para fomentar y favorecer el intercambio de puntos de vista y experiencia.

B) Promover la investigación y el desarrollo científico y técnico de los mismos.

C) Establecer colaboraciones con sociedades o entidades afines en España y en el Extranjero.

D) La difusión de las técnicas y teorías e instrumentos grupales promocio-nando reuniones para el intercambio de información y experiencias en psicoterapia de grupo, creando oportunidades de discusión intensiva para grupos pequeños y dando a conocer la psicoterapia de grupo en las respectivas comunidades de las sociedades e incluso, cuando las posibilidades lo permitan, mediante la publicación de una revista o boletín en la que se comenten los últimos descubrimientos en éste campo.

SOCIEDADES HERMANADAS CON LA S.E.P.T.G CON VÍNCULOS INSTITUCIONALES

I.A.G. P. International Association for Group Psychotherapy and Group Processes: http://www.iagp.com/membership/index.htm.

E. P. A. sociación Española de Psicodrama: http://aep.fidp.net/

A.P.S.C.A. Associació de Psicodrama i Sociometría de Catalunya Jaime G. Rojas-Bermúdez. http://www.escat.org

OTRAS SOCIEDADES VINCULADAS A SOCIOS DE LA S.E.P.T.G.

Propuestos por los socios

José Manuel Martinez Rodriguez propone:

Asociación de Profesionales de Psicología Humanista y Análisis Transaccional. http://www.apphat.org

Goyo Armañanzas Ros propone:

Sociedad Española de Psicotraumatología y Estres Traumático (S.E.P.E.T.) http://www.sepet.org

Concha Oneca Eransus propone:

GroupAnalyticSociety(London)(G.A.S.)http://groupanalyticsociety.org

Montse Fornos Esteve propone:

Sociedad Esàñola de Gerontología y Geriatría. http://www.segg.es

Escuela Española de Terapia Reichiana. http://www.EsTeRnet.org

Mario Marrone propone:

International Attachment Network. http://www.attachmentnetwork.org

GRUPOS DE TRABAJO VINCULADOS A SOCIOS DE LA S.E.P.T.G.

Propuestos por los socios:

Raquel Valero Oltra, Amparo LLopis Candel, Cristina de la Cuadra Aracil,

Eugenia Lafont Mateu, Jordi Orts Sanchez y Josep Benavent Gadea proponen:

INTESEX: http://www.intesex.com

Goyo Armañanzas Ros propone:

GO GESTION DE GRUPOS Y ORGANIZACIONES: http://www.go-gestion.com

SOLICITUD DE ADMISION COMO MIEMBRO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERAPIA Y TECNICAS DE GRUPO

Nombre y apellidos .....

.....

Nacionalidad .....

Grado académico y Profesión .....

.....

Domicilio actual: Calle o plaza .....

.....

Código Postal .....

Ciudad Provincia o Comunidad autónoma .....

Teléfono - Movil ..... Fijo .....

Dirección E-mail .....

DOCUMENTOS QUE SE ADJUNTAN A ESTA SOLICITUD

1. Certificación de un profesional o Institución que acredite la titulación universitaria o para universitaria que la capacite para actuar como monitor de grupo y cuya experiencia no sea inferior a dos años en este campo.
2. Hoja de datos de Currículum
3. Nombre y firmas de los tres Socios Presentadores.*
4. Autorización bancaria para el cobro de la cuota anual.*

Documentos 3 y 4 a continuación:

Relación de nombres y firmas de tres Socios Presentadores

1

……

2

……

3

……

Presentan Dn./Dña.…….....

Apoyando su admisión como miembro de la SEPTG

Fecha: ……

Firma del Solicitante

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERÁPIA Y TECNICAS DE GRUPO

Tesorería de la SEPTG

Estimados Sres.:

Tengo el gusto de comunicarles que he dado las órdenes oportunas para que los recibos a mi cargo, presentados por la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo, en concepto de Cuota Anual, sean abonados en la cuenta que indico al pie.

Atentamente,

(Firma del titular)

Banco o Caja de Ahorros

……

Oficina

……

Domicilio Oficina

……

Cuenta o Libreta número

----------/----------/----------/----------

Titular

……

Domicilio

……

Teléfono

……

Ejemplar para la SEPTEG

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PSICOTERÁPIA Y TECNICAS DE GRUPO

Sr. Director de (Banco o Caja de Ahorros)

Muy Sr. mío

Ruego a usted dé las órdenes oportunas para que los recibos a mi cargo, presentados por la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo, en concepto de Cuota Anual, sean adeudados en la cuenta que indico al pie.

Atentamente,

(Firma del titular)

Banco o Caja de Ahorros

……

Oficina

……

Domicilio Oficina

……

Cuenta o Libreta número

----------/----------/----------/----------

Titular

……

Domicilio

……

Teléfono

……

Ejemplar para el Banco o Caja

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS

1. A la redacción de Boletín de la SEPTG podrán enviarse trabajos inéditos desarrollados en el ámbito general de las técnicas y teorías e instrumentos grupales, tanto en su vertiente teórica como aplicada. La revista aceptará revisiones actualizadas, informes de investigación, experiencias e intervenciones profesionales y reseñas, tanto de libros como de congresos y jornadas científicas y/o profesionales.

2. Los trabajos se dirigirán a la Vocalía de prensa a través del enlace http://septg.es/contactar.php?cid=10. Al recibir un trabajo, la redacción del Boletín acusará recibo del mismo. Los trabajos que no cumplan estas normas serán devueltos a sus autores.

3. Los trabajos tendrán una extensión máxima de 25 folios mecanografiados a doble espacio (equivalente a 50.000 caracteres). Se presentarán usando procesador de textos Word.

4. En página aparte deberá figurar: a) Título del artículo en castellano y en inglés; b) Nombre, apellidos, profesión y lugar de trabajo de cada autor o autora; c) Nombre, teléfono y dirección del autor o autora al que debe dirigirse la correspondencia sobre el manuscrito. En su caso, podrá indicarse una dirección de correo electrónico.

5. Al comienzo del trabajo deberá aparecer un resumen del mismo (150 palabras como máximo) en español e inglés. También se incluirá, en ambos idiomas, un listado de palabras clave.

6. Deberán presentarse originales de calidad de todas las ilustraciones (dibujos, figuras y gráficos); no se aceptarán fotocopias.

7. Las notas a pie de página, cuando sean imprescindibles, se señalarán con claridad en el texto.

8. **Los trabajos empíricos o informes de investigación**, deberán presentarse conforme a los apartados de introducción, método, resultados y discusión o conclusiones. **En los restantes trabajos** ha de procurarse una presentación clara, estructurada y organizada en diferentes apartados, debiéndose cuidar especialmente la sintaxis y redacción de los mismos.

9. Las citas bibliográficas se intercalarán en el texto con el apellido del autor o autora y el año de la edición del original entre paréntesis. En el caso de reproducirse alguna cita textual, habrá de especificarse necesariamente el número de la página del texto en que se encuentra. Todos los trabajos deberán ir acompañados de la correspondiente lista de referencias bibliográficas. Todas las referencias citadas en el texto deben aparecer en la lista y viceversa. Las referencias, presentadas por orden alfabético, se ajustarán a los formatos siguientes:

    1. Libros: Apellidos, iniciales del o los nombres. Año de publicación entre paréntesis. Título de la obra en cursivas o subrayado. Lugar de publicación: Nombre de la editorial. Ejemplo: Rodrigo, M.J. y Arnay, J. (Comps.) (1997). La construcción del conocimiento escolar. Barcelona: Paidós. En el caso de que el libro referenciado sea una traducción, debe indicarse, tras la inicial del nombre del autor o autora y entre paréntesis, el año de publicación original, apareciendo al final de la referencia el año de publicación de la traducción. Ejemplo: Karmiloff-Smith, A. (1992). Más allá de la modularidad: la ciencia cognitiva desde la perspectiva del desarrollo. Madrid: Alianza Ed., 1994.

    2. Artículos que se encuentran en una revista: Apellido/s, inicial/es del o de los nombres. Año de publicación entre paréntesis. Título del artículo. Nombre completo de la revista en cursivas o subrayado, número del tomo en cursivas o subrayado, y, entre paréntesis, número del volumen en cursivas o subrayado, números completos de la primera y última página del artículo. Ejemplo: Moreno Rodríguez, M.C. (t 996). La persona en desarrollo: una reflexión acerca de la continuidad y el cambio en la definición de las trayectorias de vida. Apuntes de Psicología , 47, 5-44.

    3. Capítulos de libros: Apellido/s, iniciales del o de los nombres. Año de publicación entre paréntesis. Título del capítulo, iniciales y apellido/s del editor o recopilador. Título del libro en cursivas o subrayado. Números de primera y última páginas del capítulo. Lugar de publicación: Nombre de la editorial. Ejemplo: De la Mata, M.L. (1993) Estrategias y acciones de memoria. En J.I. Navarro (Coord.). Aprendizaje y memoria humana. (pp.277-301) Madrid: McGraw-Hill.

Cuando sean varios los/as autores/as de un trabajo, deben aparecer referenciados los apellidos e iniciales de los nombres de todas y todos ellos.

10. Reseñas bibliográficas. Indicar título de la obra en el idioma original, lugar de publicación, editorial y fecha. En caso de tratarse de una traducción al español, además de los datos anteriores, indicar título en castellano, lugar de publicación, editorial, fecha y nombre del traductor o traductora de la versión española. Es optativo del autor/a de la reseña dar un título general a su información sobre la obra revisada. La extensión aproximada de la reseña será de cinco folios mecanografiados a doble espacio. Indicar nombre y apellidos, domicilio, teléfonos de contacto y lugar de trabajo del autor/a de la reseña.

11. **Información sobre encuentros profesionales y científicos de la SEPTG**. Reseñar nombre de la convocatoria en español e inglés, lugar y fecha de celebración y entidades o instituciones organizadoras. Presentación del programa de conferencias, talleres, mesas redondas, etc., y los nombres de sus ponentes, y desarrollo de los mismos.

12. El Boletín de la SEPTG no acepta ninguna responsabilidad sobre los puntos de vista y datos de los autores y autoras en los trabajos publicados.