

Mensaje de ayuda psicoanalítica: experiencias y comentarios*

Alicia Leisse de Lustgarten / Carlos Valedón

Resumen

Un grupo de analistas divulga y trabaja con un formato que, de manera sencilla, da cuenta de los efectos emocionales que acarrea la crisis sociopolítica creciente que sacude a nuestro país, para que pueda ser utilizado para uso personal o en grupos de diversa composición. Este trabajo recoge la propuesta inicial, especifica la razón de ser del mensaje, cuál fue la experiencia que llevamos a cabo y qué reflexiones quedan abiertas.

Para comenzar

Desde hace unos cuantos meses, la situación sociopolítica en nuestro país ha derivado en una desestabilización creciente que alcanza casi todos los órdenes de la vida. La debacle económica, una de sus consecuencias, comporta una reducción de los medios de producción hasta el punto que la sobrevivencia fractura la cotidianidad de la mayoría de los individuos y el “cómo vaya viniendo vamos viendo” deja de ser un chiste sobre la improvisación del venezolano para retratar como transcurre el día a día. Los proyectos desaparecen, toda vez que prevalece un presente en el que el futuro se desdibuja. De otro lado nos topamos con la violencia, que aunque ya de vieja data en nuestros rincones nacionales, cobra fuerza diaria amenazando la vida o radicalizando la diferencia, subrayando la intolerancia o atropellando al ciudadano común con la venia de la caída del estado de derecho. La estructura gobernante falla al comprometer seriamente las garantías fundamentales para la existencia en lo que compete

Presentado en el VIII Encuentro Psicoanalítico Anual. “El psicoanálisis ante la crisis actual”. Sociedad Psicoanalítica de Caracas, 5 de abril de 2003.

al bienestar -léase, bien estar-, pero aún más grave, en sus respuestas a las necesidades básicas como el sustento, la educación, la salud, la cultura y los mínimos órdenes de convivencia. Es una rutina donde la alerta amarilla parpadea, trastocando la razón de ser de lo que cada quien hace. Como psicoanalistas recogemos un padecimiento colectivo disímil en sus manifestaciones, pero común en tanto la calidad de vida que brinda nuestra sociedad ha sido, y es, duramente vapuleada.

Muchos son los efectos que todo ello deja en nuestra escucha y diverso el discurso del paciente, inserto en un contexto social en el que se encuentra agobiado por problemas que ensordecen su discurrir individual. Con distintas aproximaciones, salimos de nuestros consultorios para dar una respuesta a un colectivo angustiado al tiempo que preservamos la función analítica al atender al individuo. El foco del analista sigue siendo el escenario psíquico y el lenguaje del conflicto, evidente en una variada gama de padecimientos que van desde las manifestaciones psicósomáticas a los síntomas físicos y/o emocionales enlazados en distintos escenarios: laboral, sexual, familiar o existencial. La propuesta que traemos parte de la herramienta que da el conocimiento, toda vez que saber de qué trata un problema es ya resolver una parte del mismo. A través del Mensaje que hoy nos ocupa, presentamos una serie de rubros que tocan el acontecer psíquico en tiempos de crisis para abordar una realidad de la cual hay que protegerse. Afirma Marucco (2002) que en el esfuerzo del Yo que no vive ni *en*, ni *con* la realidad, sino que se protege de ella, disminuye en su capacidad de amar y trabajar, expresiones de salud psíquica. No pretendemos dar consejos ni garantizar soluciones; ello no se condice con una práctica sostenida en ayudar al sujeto a conocer quién es y cuáles son sus escogencias o los obstáculos que se interponen. Por otra parte, aunque la situación crítica sea colectiva, hace un efecto particular en cada persona hilvanándose en una subjetividad inédita. Insistimos, no es poca cosa iluminar un escenario, permite caminar en una u otra dirección.

La idea

Numerosos ciudadanos sacudidos por la crisis creciente que conmovía a la nación se organizaron para responder de alguna manera al derrumbe que ha sacudido al país y que ha derivado en una suerte de padecimiento crónico. Apenas tres años nos separan de lo que hoy todos recordamos como “la tragedia de Vargas”, y aunque nos referimos a eventos diferentes, se activa de nuevo la necesidad de dar ayuda a lo que comporta vivir en un clima social de confusión, miedo y desesperanza que amenaza el funcionamiento de la mayo-

ría de sus instituciones. Desde la prensa, nos topamos con convocatorias a foros que acercaran a profesionales de bandos divergentes, o con asociaciones civiles y políticas invitando a exponer ideas que ofrecieran salidas a la suerte de marasmo en que nos encontrábamos. El diálogo que sosteníamos, teñido en los comienzos por la propia preocupación, incertidumbre, y aún impotencia, derivó en que algunos de nosotros concretáramos un proyecto: la divulgación, vía correo electrónico, de un texto de formato sencillo que a su vez pudiera ser utilizado para uso personal o con otros grupos que lo ameritaran. Ana Teresa Torres, colega y escritora, se dio a la tarea de redactar lo que intituló como “Mensaje de ayuda psicoanalítica para los momentos actuales” con los comentarios que Carlos Valedón, Dolores Salas de Torres, Alicia Leisse de Lustgarten y Rómulo Lander agregaron.

Algunas particularidades de la razón de ser de este mensaje

Se trata de un mensaje dirigido a todos los ciudadanos sin distinción de credos políticos. Todos vivimos bajo el impacto de un clima de desestabilización y deterioro. En tiempos de radicalización es muy difícil no tomar partido, pero la politización de los intercambios conlleva perder el norte.

Frente al impacto de una realidad lesiva para el individuo, la propuesta apunta a los recursos personales con los que se cuenta para encarar la realidad y preservar de esta manera nuestro funcionamiento psíquico.

Una de los instrumentos fundamentales que maneja el psicoanalista es favorecer que el sujeto acceda al conocimiento de lo que no puede o no quiere ver de su propio mundo, inconsciente por demás, o del que lo rodea, conocimiento esencial para poder situarse, digerir, enfrentar y resolver. Desde esta perspectiva, no proponemos guías predeterminadas ni poseemos recetas o prescribimos conductas específicas. Cada quién, desde lo individual o lo grupal, identifica los efectos que la situación de conflicto le ocasiona, lo que le permitirá maniobrar con el mismo y reordenar sus posibilidades. Este es un punto fundamental que requiere ser discernido, toda vez que ante la pérdida parcial o total de las referencias, desde lo gubernamental pasando por lo institucional, laboral, familiar, en fin, los distintos órdenes mediatos e inmediatos de la vida, el ser humano se aferra a la búsqueda de respuestas específicas que orienten su existencia revelando un creciente estado de desvalimiento emocional. La premisa psicoanalítica advertirá que lo que cada quien es, o lo que escoge, no se condice con “haga Ud. esto”. Es un punto que retomaremos más adelante a la luz de la experiencia que tuvimos con diferentes grupos.

El psicoanalista es un especialista que se ocupa del escenario psíquico del sujeto. La escucha analítica, centrada en el conflicto, recoge la merma de los recursos yoicos en un entorno sacudido por problemáticas de urgencia creciente. La apertura al suceso social lo lleva de la libre asociación a la contención, pero también a preservar las “investiduras” y a la reactivación de la vida propia. Desde allí, la ayuda se centra en abrir el diálogo grupal para encarar el padecimiento común. Este diálogo no busca una acción terapéutica, aunque puede derivar efectos de esta naturaleza; tampoco pretende debatir casos individuales. Se trata de utilizar la herramienta teórico clínica para develar ciertas manifestaciones típicas en una situación de conflicto de niveles de difícil elaboración.

Desde el colectivo o desde el planteamiento individual queda al desnudo cómo la vida ha pasado a estar en función de defenderse de una realidad amenazadora que compromete las posibilidades de realización, de creatividad o de fantaseo, donde los proyectos se paralizan ante un futuro incierto, advirtiendo lo indispensable que resulta el rescate de lo que cada quien es o piensa. De hecho, el pensamiento queda suspendido en la preponderancia del grupo, emergente que surge para responder a la crisis, y, en este particular, vale la pena subrayar que desde el pensar individual también la dirección que toma el grupo puede ser modificada.

El sujeto queda afectado en su funcionamiento, en grado tal que sus actividades usuales laborales, productivas, creativas o de placer son cuestionadas y aún postergadas. Frases tales como: “No tengo cabeza para pintar”, o “qué sentido tiene ir a la oficina”, o “para qué estudio” apuntan -llamémoslo en términos de nuestra experiencia reciente-, al paro de sus capacidades vitales y advierten como la inercia gana terreno. Se trata de una “sordera libidinal” (Marucco, 2002) que produce una suerte de liberación de lo que daríamos en llamar una dejadez de muerte.

Al modo de una nueva ola devastadora que se lleva lo que encuentra en su camino, queremos resaltar, entre los daños que sufren las referencias del individuo, la alteración del sentido del tiempo, que se traduce en la interrupción de la temporalidad en su devenir social: de qué trata el presente con un pasado que no se recoge, o con un futuro que no se perfila en un camino posible. Al decir de Nelson Rivera (2003), “Los relojes sólo cumplen con el tic del primer impulso, pero no se escucha el tac, no sabemos si las cosas avanzan, si tienen lugar, si terminan por alcanzar su cometido. Todo está a mitad de camino, en el entrecruce, en un tiempo que ha perdido su propia lógica”.

La experiencia

Por aquellos días de intenso hablar telefónico, de marchas y correos, de euforias y desengaños, de miedos y fracasos, de acciones impedidas en la parálisis colectiva, empezamos a oír con más fuerza el desahogo de la angustia y el pedido casi urgente de voces que ofrecieran alguna dirección para la congestión emocional creciente. Surgió la idea de compartir el Mensaje de ayuda psicoanalítica. Un condominio, un grupo de creadores reunidos en una galería de arte, una convocatoria de una asociación de vecinos, y un grupo de estudios del campo de la psicoterapia psicoanalítica ha devenido en una experiencia vívida y diversa. Dejamos también constancia de su divulgación vía electrónica, con extenso alcance nacional e internacional y numerosas respuestas, además de su publicación en el vespertino *Tal Cual*, y la colocación del mensaje en *Revista Cultural Kalathos* de soporte digital.

Con diferentes niveles de comprensión, cultura u oficio hemos encontrado que el “Mensaje de ayuda psicoanalítica” se ajusta a diferentes grupos, variando la metodología de acuerdo al tamaño y la mayor o menor afinidad en sus quehaceres. Probamos dos modos de trabajo: En el primero el diálogo era simultáneo a la presentación de las láminas con el texto del mensaje; en esta modalidad, los asistentes se involucraron de inmediato con una participación rica en comentarios y preguntas que, con frecuencia, se referían a contenidos que aún no habíamos tocado. Eran unas 20 a 35 personas situadas en un espacio que favorecía el acercamiento entre expositores y público. El segundo abordaje se ocupó de grupos más numerosos. 50 asistentes se ubicaron en un auditorio con la distribución característica para conferencias, escuchando primero la exposición completa para luego hacer sus intervenciones, y aun cuando éstas fueron menores en número, denotaron mucha sintonía con lo expuesto. En el contacto directo con algunos de ellos, había verdadero entusiasmo e interés ante el conocimiento que conlleva el mensaje. Si bien se trata de referentes de la teoría psicoanalítica, la explicación accesible les da sentido.

Encontramos que los participantes se identifican con las ideas, no les son ajenas; como si se sintieran fotografiados, más aún cuando se trata de retratos sintomáticos: angustia, insomnio, apatía, aislamiento o desinterés sexual, por citar unos pocos. Ante esto sobresale el pedido de pautas específicas para actuar. Recordaba los años en que trabajamos con diversas “Escuelas de Padres”, y como en los grupos de discusión inevitablemente planteaban problemáticas individuales para encontrar un camino. Nuestra premisa descansa en pensar a partir de la definición de un problema, estudiarlo, considerarlo desde la experiencia individual o compartida. Ello nos ha llevado a una suerte de trabajo adicional con los participantes facilitando el intercambio, pidiendo sus

comentarios y aún promoviendo el diálogo entre ellos. La gran mayoría queda ávida de continuar el trabajo, de escuchar indicaciones o de disponer del material. Alguien nos sugería, después de una experiencia similar, plantear de entrada dos reuniones. Lo que es un hecho es que, lentamente, se van abriendo otros espacios desde donde nos convocan.

El pedido de “recetas” como muchos abiertamente esperan, y que de hecho fue objeto de reclamo en una oportunidad, merece un comentario especial. A pesar de la advertencia inicial de que no portamos guías ni traemos respuestas que conlleven soluciones sintomáticas inmediatas, ni tan siquiera un manual de procedimiento, y en el entendido que, ciertamente, el mensaje sí contiene opciones que cada quien puede manejar o llegar a hacerlo, recogemos como inherente a nuestra identidad psicoanalítica una cierta ambigüedad que descansa en la no dirección del otro; en otras palabras, que cada cual diseña los movimientos que dará un poco más iluminado por el conocimiento que, sobre sí o sobre lo que lo rodea, adquiere. Sin embargo, acordamos incluir una lámina final adicional para recapitular ideas centrales que efectivamente pudieran servir de referentes. En este contexto señalamos que nuestra tarea es informativa, profiláctica y hasta pedagógica; no se trata de una aproximación terapéutica. Sí dejamos en claro que la ayuda especializada puede estar indicada cuando el conflicto o los efectos de la situación traumática se vuelven inmanejables.

El “Mensaje de ayuda psicoanalítica”, como hemos señalado, pretende que cada quien pueda hacer uso de sus recursos al conocer los efectos que una situación traumática -entiéndase por tal excesiva y no tramitable-, le genera. Recientemente una colega nuestra vivió una suerte de conmoción emocional al ser testigo de la tragedia que ocurrió en el club nocturno “El Nogal” en la ciudad de Bogotá, cuando la explosión de una bomba dejó numerosos muertos y heridos, y aun en su condición de psicoanalista de mucha experiencia, el artículo, que había recibido poco antes, le sirvió para enfrentar la sacudida traumática. En nuestra ciudad, una de tantas víctimas de los cada vez más frecuentes asaltos, encontró en el texto una posibilidad para recuperarse y digerir el impacto de la situación. En este sentido, subrayamos el valor que puede tener el mensaje también desde la particular situación de cada quien.

Hemos tenido que maniobrar con cuidado sobre el asunto de la politización y la toma de partido. Incluir la suerte de sobre discurso político es ineludible so pena de ignorar una realidad más que evidente, pero al modo de un grupo operativo que centra su trabajo en torno a una tarea propuesta, lo hilvanamos en función del acontecer emocional que suscita y los efectos que acarrea en la idea de preservar la razón de ser del mensaje.

Alguna vez nos topamos con cierta reticencia, y hasta crítica, ante lo que llamaban, el peligro de la “psicologización”, entendiendo por tal dar cuenta de un hecho sociopolítico a través de una hipótesis psicodinámica, o utilizar el conocimiento psicopatológico para explicar el desempeño de figuras del poder. Este es un punto controversial que merece ser más ampliamente debatido, pero la supuesta psicologización bien puede enmascarar la inmensa ignorancia que sobre el universo psíquico pulula en nuestro país, abriendo una vez más la interrogante de cuánto nuestras instituciones psicoanalíticas deben y pueden hacer para cambiar este escenario.

Reflexiones finales

La primera idea que nos queda de toda esta experiencia es que ya sea a través del rescate individual o en la comunidad vecinal, en el medio escolar o en grupos profesionales, la propuesta de artículos de divulgación, de elaboración teórica o de otras aplicaciones, el trabajo que contempla el mensaje de ayuda psicoanalítica conlleva un efecto multiplicador toda vez que se inserte en un programa que se extienda en el tiempo. No basta ofrecer nuestros servicios sin costo económico frente a una emergencia determinada; aun con esa alternativa son muchas las personas que padeciendo alguna alteración emocional, no llaman. El medio venezolano, repetimos, adolece de una formación e información muy precaria en cuanto a la vertiente psíquica del sujeto, y, por ende, sus posibilidades de enfrentar situaciones de conflictos como las que vivimos son también precarias. En la aproximación que pretendemos: asistir a una comunidad aquejada de sucesos sostenidamente traumáticos, hay que implementar un diálogo que tome en cuenta que los problemas emocionales tienden a ser vistos como “rarezas”, suerte de anomalías que con mucha ligereza terminan por ser tildadas de locuras.

El psicoanalista, en su compromiso social de creciente demanda, no puede eludir su papel en lo que, parafraseando a Freud, damos en llamar “malestar en la cultura contemporánea”. El sujeto de hoy arrastra un malestar arropado por síntomas que apuntan a un deterioro que parece no detenerse: la violencia, el abandono infantil en todas sus formas, la soledad creciente engarzada en la falta de respuestas de un medio donde los valores se definen desde el poder y la procura del logro inmediato, dibujan un panorama en el que se oscurecen otras salidas, garantes de un cambio en el que todos estamos comprometidos. Es así como se amplía una escucha que no se circunscribe a los consultorios ni queda en una labor solamente terapéutica. El oficio del psicoanalista, centrado en la búsqueda de la verdad del sujeto, se abre a una ineludible función

educativa, de divulgación, de contención y hasta de catalizador accediendo así a lo que daríamos en llamar como el tercero en que se constituye el entorno sociocultural. No es tarea sencilla, sin embargo, darle continuidad a este trabajo que de manera voluntaria y gratuita apenas comienza con grupos comunitarios. No sólo requiere de un tiempo adicional a nuestra práctica, de por sí difícil de posponer, también nos conmina a implementar una suerte de “mercadeo” de los asuntos psicológicos, a veces poco conocidos o aún temidos en nuestro contexto sociocultural.

Referencias

Marucco, Norberto (2002). “De ayer a hoy, de nosotros a los pioneros. Qué escuchamos y cómo intervenimos”. Buenos Aires: Symposium de APA 2002, septiembre.

Rivera, Nelson (2003, 17 de enero). “Tic”. *El Nacional*, Caracas.

Summary

Working with a message for analytic help: Experiences and comments.

A group of analysts works with a message that in a simple manner records the emotional effects brought up by the on-going sociopolitical crisis that shakes our country, in order to be used personally or in groups of various compositions. This article starts from the initial proposal, specifies the reasons of the message, what the experience was and which reflections remain open.
