



Entrevista: PSICOTERAPIA Y PREVENCIÓN EN LOS TIEMPOS ACTUALES

Xavier Serrano Hortelano

Psicólogo, Psicoterapeuta Caracteroanalítico, cofundador y actual Director de la Escuela Española de Terapia Reichiana (Es.Te.R).

Email: xavierserrano@esternet.org

Xavier Serrano ha dedicado su carrera profesional al estudio y continuación del pensamiento de Wilhelm Reich. Esto le ha aportado una amplia visión en el campo de la Psicoterapia así como en el ámbito de la prevención. Autor de numerosos libros y artículos, actualmente se dedica a organizar la Ecología de Sistemas Humanos, tema en el que lleva varios años trabajando.

María Clara: Xavier, me alegra mucho tener este momento para conversar, pues siempre tu opinión abre puertas a nuevas formas de entender las cosas. Empiezo preguntándote ¿qué es lo que más te ocupa actualmente, en qué estás trabajando?

Xavier: Desde hace un par de años estoy trabajando en organizar la teoría que en su momento yo definí como "ecología de los sistemas humanos". Como ecología de los sistemas humanos me refiero a la crianza ecológica y a la prevención psicosocial. Es una propuesta teórica, resultado de 30 años de intervención preventiva en equipos dentro de la Escuela Española, y recogiendo también la experiencia de colegas de otras partes del mundo que trabajan en el campo preventivo, tanto desde la visión de Reich de la orgonomía, como desde otras visiones. Se trata de experiencias de trabajo desde el embarazo, los partos, la educación, las familias, la adolescencia, y también la labor de modificar tipos de relación dentro de colectivos. Pienso que en el marco de la ecología global, descrita por Capra, hay un hueco que cubrir porque, si bien hay un trabajo de ecología política y de ecología social, falta organizar y dar al público unas referencias acerca de una forma de conducir la crianza y las relaciones humanas, que retomen el funcionamiento ecológico del ser humano, que se ha perdido. Es una oportunidad que tenemos para integrar nuestra propia cotidianidad en el proyecto de futuro de un nuevo paradigma que modifique un estado de cosas, que salvaguarde el planeta y, por lo tanto, que contribuya también a cambios políticos.

MC: Lo estás haciendo a nivel de investigación, o a nivel de conceptualización?

X: Sobretudo se trata de crear un marco teórico que sintetice la práctica de todos estos años y, desde ahí, por supuesto, organizar esa práctica para poder mostrarla, enseñarla y divulgarla. Mucha gente está trabajando en la preparación al embarazo y al parto, en los partos, en las lactancias, cada vez hay mas personas que se interesan por la lactancia natural, hay asociaciones de madres por la lactancia, pero muchas veces no hay un conocimiento global. Falta esa visión global de lo que puede ser el continuo, de lo que pueden ser las condiciones para que el mamífero humano recupere su identidad, para que pueda haber una maduración coherente. Entonces, trabajando en equipo intentamos dar una funcionalidad a esa cantidad de datos que recogen muchas investigaciones a nivel parcial. Por ejemplo, está muy bien lactar, pero hay muchos casos en que no se puede, o se puede de



distintas maneras... ¿cuando si y cuando no?, ¿qué influencia tiene la estructura de la madre a la hora de lactar?, ¿qué influencia tiene la estructura del sistema familiar?, es decir, ir viendo todas las variables que están influyendo en un fenómeno, y al mismo tiempo ver cómo ese fenómeno es temporal y debe ser continuado para tener coherencia en los objetivos ecológicos de recuperación de la identidad.

MC: *Osea, que estás centrado en cómo situar y ampliar el paradigma de acuerdo con la situación actual...*

X: Si, me interesa mucho el campo social y preventivo más en el momento que estamos viviendo, y aplicar los conocimientos clínicos también, evidentemente a este campo.

MC: *¿Cómo crees que este momento de crisis en varios aspectos, no solamente económica, está afectando a nivel psicológico, personal y social?*

X: Pues desde una óptica clínica, que de vez en cuando viene bien usar esas referencias, podría decir que estamos viviendo actualmente una crisis narcisista a todos los niveles. Un derrumbe narcisístico implica que no se quiere admitir la crisis, para empezar. Entonces está costando mucho admitir que hay una crisis global y que no podemos seguir viviendo como hemos vivido. Eso está costando mucho y la paradoja es que eso está, a su vez, provocando la crisis. La no asunción de la necesidad de cambiar, pero no de cambiar una forma de economía o de política, sino de cambiar una forma de vida. Estamos necesitando cambiar nuestra vida cotidiana, nuestra forma de educar, nuestra forma de relacionarnos, y por tanto nuestra forma de vivir la política, lo social, la economía y todo. Porque si no, nos vemos abocados a una destrucción. Es ya una cuestión de supervivencia. Entonces, esa crisis narcisista implica unas claves que no solamente deben ser económicas y sociales, sino también las claves de entender las estructuras de carácter de las personas que componemos los sistemas, lo que puede ayudar a entender más este estado de cosas. Y ahí nosotros podemos aportar desde la lectura de Reich.

MC: *Yo veo cada día que la terapia, tal como se lleva a cabo tradicionalmente, tendría que ajustarse a los tiempos actuales. ¿Estás de acuerdo?, ¿Cómo sería para ti un cambio en este sentido?*

X: Realmente la terapia forma parte de ese proceso de cambio, aunque es una ayuda muy limitada. Por eso, al hilo de lo que Reich planteó, el tema de lo social y lo preventivo está interesando más hoy día. Pienso que debemos modificar las formas de intervención porque está modificándose la estructura de personalidad de las personas que componemos este sistema social. Siguiendo lo que comentaba Federico Navarro, estamos pasando de una sociedad neurótica a una sociedad más borderline, más fronteriza, que se caracteriza por una crisis muy fuerte. Precisamente por eso, estamos viviendo una crisis de esta estructura, fronteriza y por lo tanto narcisista, con todo lo que ello implica. Para asumir y afrontar las crisis y los problemas de las personas con este tipo de estructura, hacen falta unos medios diferentes también a nivel terapéutico, porque los medios actuales tienen muchas referencias de las personas con estructura neurótica, tanto en el campo analítico como en otros.

MC: *Y esto también tendrá que ver con que antes, hace unos años, hacíamos terapia no solo por problemáticas psicológicas o psicosomáticas concretas, sino que la terapia también era una opción para conocerse mejor, y eso ahora parece prácticamente imposible...*



X: Efectivamente. Con los cambios estructurales a nivel de personalidad y a nivel social, hay una forma de vivir el proceso terapéutico, la terapia y la psicología en general, diferente. Antes había una cultura psicológica, o mejor dicho, la psicología estaba integrada en la cultura, por tanto era como un objeto de consumo más, interesante, y ahora la terapia y la psicología se vive como un accesorio de última instancia, incluso de poca utilidad, que está sustituida por la medicación y por el fármaco. Entonces, es necesario utilizar terapias breves o focales donde la persona tenga respuesta a sus conflictos en poco tiempo de una manera efectiva, pero intentando no perder la coherencia de los modelos teóricos.

MC: *La siguiente pregunta va a eso, a la terapia breve que en principio parece ser una alternativa, pero yo veo que sigue siendo costosa. ¿Cómo podría compensarse de alguna manera o solucionar esa limitación?*

X: Bueno, lo ideal es que las terapias breves pudieran hacerse a nivel sanitario público. Es decir, los profesionales deberían conocer este tipo de terapias e integrarlas en sus centros de salud, más allá de las terapias focales cognitivo conductuales, que se están llamando así. Pero en realidad el origen de las terapias breves o focales es psicodinámico y por lo tanto tiene un setting diferente. Tiene en cuenta la relación terapéutica, y por lo tanto hace falta un tiempo marcado un poco mas amplio que las terapias cognitivo conductuales. Pero no es mucho, así que en realidad habría que organizar el sistema de salud mental para que los profesionales, como pasa en Francia y en otros países, pudieran tener sus mínimas medias horas o cuarenta minutos con los pacientes durante, por ejemplo, 20 sesiones. Eso no es ocupar mucho tiempo y sería una alternativa a la medicación y a los efectos nocivos del psicofármaco. Y saldría mucho mas barato a la salud pública de lo que está saliendo actualmente. En una mesa redonda con un representante del Ministerio de Sanidad, hace años, ya lo demostré con números. Entre el Prozac y la terapia Breve, salía más barata la terapia. ¿Que no se puede a nivel público? No es muy caro a nivel privado porque es una inversión que a medio y largo plazo sale económica respecto a lo que son otro tipo de terapias, otro tipo de alternativas. Porque al menos tenemos una alternativa con resultados fiables.

MC: *Y una última pregunta. A mí me preocupan los jóvenes, porque son una parte de la población que está sufriendo la crisis con intensidad. Me preocupa la percepción del futuro de ellos. ¿Tu qué mensaje tienes para ellos, de acuerdo a tu experiencia con otras luchas anteriores?*

X: El mensaje es muy claro. Tenemos, ahora en este momento más que nunca, que ser dueños de la historia. Por lo tanto, tenemos la responsabilidad de cambiar nuestra vida cotidiana. Lo sí podemos hacer es eso, cambiar nuestras formas de vida, nuestras formas de relación, que es lo que va a permitir que sobreviva el planeta o que se destruya definitivamente, y por tanto está en nuestras manos hacerlo. No es ya una cuestión solamente política o económica. Lo hacemos con nuestras formas cotidianas, con nuestras formas de relacionarnos, con nuestras formas de comunicarnos, con nuestras formas de educar y de transmitir a los hijos de esos jóvenes una manera distinta de acompañar la crianza y de acompañar al mundo. Entonces, si los jóvenes toman consciencia de que son los portavoces del futuro y la salvaguarda del planeta, evidentemente puede cambiar todo.