

Segunda Jornada de Lectura de Ensayos de los Docentes del Programa de Psicología-Funlam

Algunas reflexiones sobre la salud mental y el trabajo con grupos

Cuando se habla de Salud Mental, parece apenas obvio que existe claridad en los términos: la salud es un bien supremo, es un derecho ciudadano, un derecho constitucional, es sinónimo de equilibrio, de adaptación, ausencia de síntomas, también es lo contrario de enfermedad y en este sentido se coloca en la misma dimensión de la normalidad.

La articulación entre salud mental y normalidad es problemática, ya que ser normal quiere decir estar sano, y esta pretensión es desmentida por el psicoanálisis cuando Freud descubre una psicopatología en la vida cotidiana. Podemos seguir a Freud en estos planteamientos, en los cuales pone en evidencia la dimensión conflictiva del ser humano:

"...estamos organizados de tal modo que sólo podemos gozar con intensidad el contraste, y muy poco el estado ... desde tres lados amenaza el sufrimiento; desde el cuerpo propio, que, destinado a la ruina y la disolución, no puede prescindir del dolor y la angustia como señales de alarma; desde el mundo exterior, que puede abatir sus furias sobre nosotros con fuerzas hiperpotentes, despiadadas, destructoras; por fin, desde los vínculos con otros seres humanos. Al padecer que viene de esta fuente lo sentimos tal vez más doloroso." [1]

Así mismo plantea la existencia en el sujeto de pulsiones a las que llama pulsiones de vida y pulsiones de muerte, que se encuentran en el sujeto unidas y actúan de igual forma que la ambivalencia de sentimientos, amor – odio hacia la misma persona.

Esta concepción nos plantea la existencia en nuestro psiquismo de fuerzas pulsionales que pugnan por salir y tienden tanto a la preservación de la vida como al aniquilamiento de esta, lo podemos constatar en nuestros actos los cuales nos recuerdan que tenemos tanta capacidad para amar como para odiar, e incluso que experimentamos por una misma persona estos dos sentimientos tan contradictorios y ambivalentes. Quiere decir entonces que las pulsiones de vida y muerte hacen parte de nuestra naturaleza y actuamos con ellas en la cotidianidad.

Este descubrimiento, trascendental en su época y profundamente importante hoy, para la comprensión del comportamiento humano, pone de relieve una valiosa discusión entre lo normal y lo patológico. Para el Psicoanálisis, no existe la normalidad, existen estados en el ser humano en los cuales este puede funcionar en la vida ejerciendo su capacidad para amar, trabajar, producir, y dichos estados concuerdan con mayores posibilidades de bienestar. Sin embargo no se puede hablar desde esta perspectiva de plenitud, ni de bienestar absoluto ya que solo es posible lograr estados de felicidad que son episódicos. Dice Freud en su texto: El malestar en la cultura:

"Hemos partido de la gran oposición entre pulsiones de vida y pulsiones de muerte. El propio amor de objeto nos enseña una segunda polaridad de esta clase, la que media entre amor (ternura) y odio (agresión)... ¿ cómo podría derivar del Eros conservador de la vida la pulsión sádica, que apunta a dañar el objeto? " [2]

Por tanto, podemos decir que el conflicto es constitutivo de la dinámica psíquica del ser humano y en tal sentido para el psicoanálisis la concepción de salud no es la armonía o el bienestar absoluto, la vida sin conflicto no existe, no es posible una solución definitiva, el proceso de salud-enfermedad es dialéctico e histórico.

Existe una diferencia de concepción respecto a la salud, en la perspectiva psicoanalítica y en la psicología centrada en los procesos de la conciencia, para el psicoanálisis la salud mental no hace parte de su quehacer, el psicoanalista no es un trabajador de la salud mental, así lo plantea Jacques Alain Miller en su texto Patología de la ética:

"En cierto modo, el secreto del psicoanálisis es que en el no se trata de salud mental. No se trata de salud mental por oposición a lo patológico médico. No se trata de la armonía del sujeto con su ambiente, con su organismo. Porque el concepto mismo de sujeto impide pensar la armonía del sujeto con cualquier cosa en el mundo. El concepto de sujeto, es en sí, disarmónico con la realidad. Y el analista no puede dar la salud mental. Solo puede dar la salud, es decir, puede saludar al paciente que llega a su consultorio. Digamos que en lugar de la salud mental, esta el saludo analítico". [3]

Desde algunos planteamientos de la psicología se habla de la existencia de la salud mental y la concepción del funcionamiento adecuado de la mente, del desarrollo armónico y la capacidad del ser humano de lograr el bienestar como totalidad.

Desde esta perspectiva la salud mental se entiende como la capacidad de comprender, de discernir, de relacionarse, de ser lógico, de decidir. Este sujeto del que se habla en esta concepción se supone que es capaz de controlar sus actos, que esta guiado por el buen juicio, sin embargo las formas del malestar como los síntomas, los hechos sociales, la realidad histórica, cultural, política, nos demuestran que los acontecimientos humanos son contrarios al buen juicio y al bien común.

Es importante para profundizar en esta reflexión partir de lo que plantea la Organización Mundial de la Salud, acerca del concepto de salud y la definición del Ministerio de Salud colombiano acerca de la salud Mental:

Gloria Montoya Gutiérrez

Psicóloga U. de A.
Docente Universidad Luis Amigó
Medellín, marzo 19 de 2002



Fernando Botero
Masacre de mejor esquina
1997
Óleo sobre lienzo
35,56 x 45,72 cm
Registro 3388

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define el concepto de salud como "Un estado de completo Bienestar Físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". Apoyado en este concepto el Ministerio de salud Colombiano, en su política Nacional de Salud Mental de 1997^[4], propone una definición de salud Mental considerándola como un proceso que incorpora aspectos Bio-Psico-Sociales : "Salud mental es la capacidad de las personas y de los grupos para interactuar entre sí y con el medio ambiente; un modo de promover el bienestar subjetivo, el desarrollo y uso óptimo de las potencialidades psicológicas, ya sea cognitivas, afectivas o relacionales. Así mismo el logro de metas individuales y colectivas, en concordancia con la justicia y el bien común".

Por lo anterior podemos decir que se plantea un ideal de salud que es imposible cumplir, es necesario trabajar con la dimensión psíquica reconociendo la existencia de las pulsiones y las posibilidades que ofrece el ejercicio de la palabra en el proceso individual y grupal, lo mismo que las producciones culturales que logren resignificar y mostrar salidas a la naturaleza pulsional humana, acciones dirigidas a favor de la cultura.

Una propuesta de trabajo en salud mental no puede desconocer esa dimensión conflictiva, sin embargo en esta definición la búsqueda de la justicia y el bien común son éticamente una apuesta permanente a favor de la cultura, para la cual es necesario trabajar.

De lo expuesto surgen inquietudes: ¿Es posible hablar de salud mental de las comunidades?, ¿Qué se puede lograr en este campo con la intervención psicológica individual y grupal?, ¿Cuál es el tipo de intervención que podemos realizar desde una perspectiva de lo psíquico en favor de la cultura?, ¿Teniendo en cuenta nuestra historia personal y social, la cultura que nos habita, los procesos de socialización y subjetivación que hemos vivido, es posible hablar de una transformación de lo que somos, en función de articular unos lazos sociales que promuevan una ética de convivencia?, ¿Desde el reconocimiento de la existencia del inconsciente, cuales son las acciones posibles que privilegian la vida en condiciones dignas y amables de existencia que se pueden implementar con los diferentes grupos e individuos con quienes se trabaja?

Son preguntas que convocan al trabajo, se puede decir que al hablar de Salud Mental, no se puede perder de vista que la Salud Mental como un estado pleno de bienestar no es posible, que el ser humano contiene estructuralmente la capacidad de dañarse y de dañar a otros, que la violencia no es inhumana que hace parte de la "condición humana por naturaleza", así mismo es necesario contar con el malestar en la cultura y sublimar en acciones a favor de la cultura, de la vida, aquella natural tendencia a la destrucción.

El ser humano como un ser social, tiene que ocuparse, responder, en el sentido de ser responsable de sus actos, aceptar su condición y estar dispuesto a implementar para su vida una ética que tenga en el lenguaje y en las producciones culturales la máxima expresión de su capacidad para transformar la posición agresiva que le es tan familiar, hacer lazo social y realizar las renunciaciones necesarias en este recorrido desde el nacimiento hasta la muerte a favor de una ética de la convivencia.

[1] Freud Sigmund, El malestar en la cultura. Obras Completas, tomo 21, Amorrortu editores. p. 76,77

[2] Freud Sigmund, Más allá del principio del placer. Obras completas, tomo 18 Amorrortu editores. p 52

[3] Jacques Alain Miller. Lógicas de la vida amorosa. Manantial Buenos Aires, 1991.p.71

[4] Política Nacional de Salud Mental. Ministerio de Salud. República de Colombia, Dirección General de Promoción y Prevención, Programa de Comportamiento Humano. Santa fe de Bogotá, D.C., Noviembre de 1997.