

Polítizar el sufrimiento: capitalismo y salud mental...

Colectivo Deliberaciones

De-liberaciones en psicología social (deliberaciones.org) es un espacio psicosocial para la acción social emancipadora y la construcción de autonomía. Somos un colectivo autónomo que pusimos en marcha hace ya más de diez años; nos articulamos con diversos movimientos sociales para la actuación psicosocial. Realizamos actividades de acompañamiento, investigación, estudio y formación en diversos aspectos relacionados con el afrontamiento del daño y el sufrimiento psicosocial y el pensamiento crítico

Introducción

Vivimos tiempos en que las condiciones sociales producen un intenso y extenso sufrimiento psicosocial; en los últimos años el tema aparece con frecuencia en el debate público en términos de “salud mental”.

Sin embargo, desde las perspectivas hegemónicas en psicología y psiquiatría se pretende acotar en el individuo el origen de las problemáticas, reduciendo las alternativas de afrontamiento a la interioridad y la biología de las personas, sin apenas consideración del enorme peso que en ese sufrimiento tiene el contexto de relaciones sociales, económicas, políticas, históricas y de poder. De esta manera, se contribuye a mantener un orden social injusto que sigue produciendo sufrimiento evitable a las personas, las comunidades y los pueblos. El actual sistema dominante de relaciones económicas y sociales es el capitalismo.

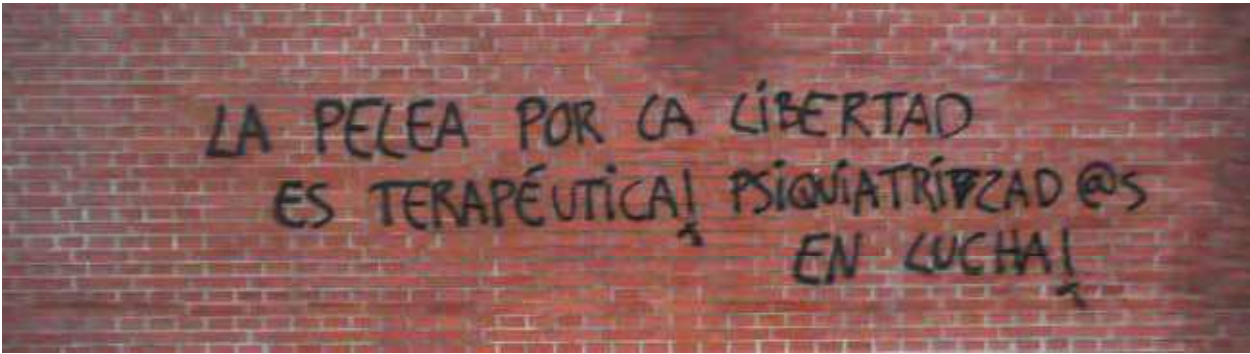
Cuando defendemos la necesidad de *polítizar el sufrimiento psicosocial* nos referimos a que es indispensable reconocer el malestar como inmerso en el contexto de relaciones sociales dominantes, construidas históricamente y, en consecuencia, construir alternativas, también colectivas, de afrontamiento que reconozcan que el origen de numerosos problemas y daños que se producen en las personas se encuentran, en gran medida, también, en unas relaciones sociales dañadas y

dañinas, que no reconocen ni respetan, en su necesaria plenitud, la dignidad de todo ser humano; y que, por tanto, es necesario ajustar, hacer más justas, esas formas de relación social, redimiendo el pasado en el presente hacia un futuro que haga justicia a las víctimas de la historia.

Estos tiempos...

En este nuestro contexto, en apenas algo más de una década, el panorama ha cambiado sustancialmente: se ha atravesado algún proceso, las crisis climáticas se revelaron más claras, nos impactó una terrible pandemia, las luchas feministas han conseguido hacer patente la interseccionalidad de los diversos ejes de opresión y su fuerza argumentadora y emancipadora ha iluminado transversalmente la vida política y social desde las estructuras más amplias hasta las capilaridades de lo cotidiano. De la inicial efervescencia desbordante del 15M se ha transitado en pocos años al auge eufórico y envalentonado de la extrema derecha y el fascismo.

De la alarma internacional ante el calentamiento global, se está transitando a la hegemonía del negacionismo climático de la ultraderecha global; de escudos sociales ante la pandemia, así resultarían medio inoperantes, a la estigmatización de las “paguitas”; de la protección del derecho a la vivienda a *inquiokupas*, y a la instauración de la



Pintada aparecida en la pared del psiquiátrico Germanes Hospitalàries del Sagrat Cor de Jesús – Benito Menni (Sant Boi de Llobregat). Fuente: <https://xarxadegam.wordpress.com>

visión del mundo de bandas de golpadores fascistas; de las conquistas históricas de las luchas feministas al auge del machismo entre los más jóvenes; el falangismo se disfraza de rebeldía y antisistema; es el mundo al revés, la clase victimaaria pretende apropiarse del lugar de quienes sufren la injusticia, de las víctimas; la guerra cultural retuerce la realidad y produce subjetividades funcionales entre sus mismas víctimas, fragmentadas y llevadas a enfrentarse por las migajas.

El capitalismo se reinventa. Todo es sometido a los cambios ‘técnicos’ que requiere, hay que adaptarse, con eufórica *resiliencia*... Los cambios se suceden inexcusablemente, a mayor velocidad, mayor profundidad, agudos, intensos y extensos, en todo espacio y tiempo, en cada fibra relacional. Del acontecimiento excepcional del shock, se siguió a la crisis total constante de una cotidianeidad que no admite tregua en una carrera ineludible, de confusión desbocada hacia no se sabe dónde, y que en el camino pulveriza por agotamiento nuestros cuerpos y nuestras almas. La podredumbre y el fatalismo llega a los más básicos vínculos sociales.

Los cambios geoestratégicos se andan dibujando en guerras como las de Ucrania y Palestina, en donde se valida el genocidio de un pueblo, si sirve a los propios intereses. El orden mundial surgido tras la Segunda Guerra Mundial, basado en paradigmas de legalidad y derecho internacional, así se utilizara hipócrita e instrumentalmente en la realidad, se sustituye sin tapujos por la ley del más fuerte, de quien puede dispensar más violencia de manera organizada. Es la profundización de la lógica del cálculo militar para el mercado. No importa qué se destruye, la destrucción, como

forma de gobierno y transformación global, abre oportunidad de negocio, así lleve a la destrucción del planeta. Volvió a aparecer la posibilidad de la destrucción nuclear. Los bloques geoestratégicos se andan recomponiendo.

Las plutocracias de la clase rica y dominante acumulan cada vez más riqueza y mayor poder de dominio; las clases pobres y trabajadoras, cada vez son más numerosas, más pobres, más presionadas para tratar de alcanzar los bienes necesarios para vivir, y resultan más explotables, más desechables. La destrucción, como forma de gobierno y transformación, también se abre paso fractalmente hacia el interior de las sociedades: con la destrucción de los valores y los lazos sociales de solidaridad y comunidad, el individualismo lleva la fragmentación hasta la interioridad de cada persona.

La clase trabajadora es insertada en el cálculo de la escasez. Con el salario mínimo no se puede pagar ni el alquiler de una vivienda, pero desde el gobierno se declara que ya no es de subsistencia. Hay que trabajar más años para conseguir una peor jubilación, pero se explota más intensamente y se desecha más prontamente a quienes trabajan. Trabajar produce más daños en la salud, tanto físicos como psicosociales. Los derechos laborales se consideran costes económicos que impiden el desarrollo. Hay que motivar a la clase trabajadora para adaptarse a las nuevas necesidades, trabajar más por menos para evitar medidas más dolorosas. Ni el pretendido “*salario emocional*”, ni la intensificación de los discursos de la “*resiliencia*” evitan los daños psicosociales, bien al contrario, los incrementan y profundizan; la coacción y la amenaza se instalan como base

sostenedora de la relación laboral. La asimetría de poder se hace cada vez más pronunciada en favor de quien detenta la ventaja de poder, el empresariado. Desde ahí, la gubernamentalidad empresarial aumenta el espectro de su intervención psicosocial sobre la interioridad de quienes trabajan, para conducir sus conductas, para que resulten más funcionales a sus objetivos de lucro.

La lógica de gobierno empresarial se autoarroga el lugar de la objetividad y lo técnico, de lo indiscutible y conquistan los dispositivos gubernamentales; la razón de la posición de ventaja de poder se camufla bajo el manto de lo científico y lo técnico en la resolución de lo conflictivo. Las condiciones laborales se deterioran, la organización de la clase trabajadora se dificulta cada vez más con la precarización. Pero a pesar de todo se da...

Y entonces, la gubernamentalidad empresarial empieza a presentar patrones de actuación que reproducen fractalmente la actuación de la ultraderecha en la vida social y política. La intensificación del juego sucio, las trampas, la mentira, la coacción, la simulación, las denuncias penales de *lawfare* sindical, la sofisticación de la inducción de fragmentación, los pagos miserables, el esquiroleo, la complicidad de sindicatos mayoritarios para ahogar la organización autónoma de secciones sindicales e, incluso, la violencia intimidatoria. Son cambios inquietantes, que alteran el marco relacional, que en este país remiten a otras épocas históricas y que nos interpelan a revisar nuestras formas de análisis, organización y actuación.

En jornadas técnicas, las autoridades sanitarias y laborales del Estado muestran su preocupación por la situación de las bajas laborales por salud mental. Por el coste económico que supone para las arcas públicas y empresariales, o por no tener unos buenos dispositivos para su gobierno; por el sufrimiento psicosocial y en el conjunto de las vidas de lxs trabajadores, no... finalmente, para estos agentes, así se vistan de progresistas, en su racionalidad para analizar el mundo, ese sufri-

Todo es sometido a los cambios ‘técnicos’ que requiere, hay que adaptarse, con eufórica *resiliencia*...

miento, evitable, no es más que una variable en el cálculo de gobierno: “*recursos humanos*”. En todo caso, ese sufrimiento psicosocial puede y debe ir al mercado, un nicho de mercado, que genere más negocio, lucro, ganancias, desarrollo... es el capitalismo, amigx; y para ello, será cuestión de facilitar la acción del mercado, haciendo escaso el recurso público para aliviarlo; váyase con su malestar o sufrimiento a la privada, que ahí florecen las iniciativas funcionales al sistema productivo y, por supuesto, también aquellas que se presentan como alternativas al mismo... Y si no puede pagarlo, siempre se puede acudir a ChatGPT...

En nuestra época. La industria terapéutica

“Resistimos, sobre todo (es muy importante escuchar a Franz Fanon) cuando nos negamos a juzgarnos con los criterios de nuestros opresores. Cuando rechazamos los valores de la manipulación. Cuando rechazamos no sólo los términos de nuestros opresores sino la historia como ellos la cuentan”
John Berger

La industria terapéutica...

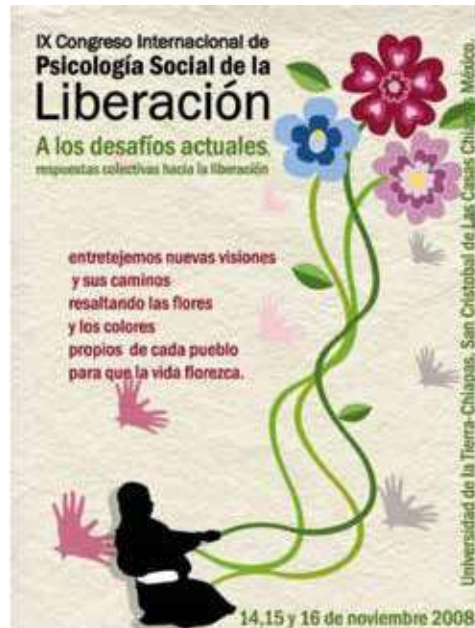
De unas redes sociales que contagiaban las esperanzas de justicia social y dignidad desde las plazas de la primavera árabe, a redes sociales que simplifican la realidad a la superficialidad fangosa de unos pocos caracteres promovidos por cálculos algorítmicos al servicio de unas élites tecnológicas que alcanzan gobiernos imperiales, saludan como nazis y pretenden colonizar Marte cuando la Tierra ya no les sirva para su crecimiento capitalista.

Mediante los canales de información se nos apresura a estar pendientes de lo que ocurre en uno u otro lado del globo, no se permite tiempo a significar lo que acontece, nada deja poso, las relaciones de poder, el contexto, la historia y las memorias están ausentes. La mentira organizada, la generación de confusión, la lucha por la atención, la emoción sobreactuada condensada en cápsulas de veinte segundos en el estímulo constante del scroll

infinito del acontecimiento banal. El ideologizado mercado del capitalismo es abiertamente confundido con la realidad y la ansiedad irritada se establece como base siempre presente.

La pantallización social medra la calidad de las relaciones sociales y produce un ensimismamiento en la individualidad. A través de los dispositivos tecnológicos, los valores y el lenguaje neoliberal se cuelan en nuestras vidas y le dan forma. La productividad, la rapidez y la eficacia del mercado empan nuestra concepción del mundo, de la vida, y de la forma en la que nos relacionamos. Nuestro hacer digital es monetizado a través de qué, con qué frecuencia y con quién nos comunicamos; de qué compramos, de cuáles son nuestros gustos, de a quién seguimos, o de cuánto tiempo utilizamos en las actividades virtuales. Nuestras vidas están en alza para el capitalismo cognitivo. La otredad solo importa como medio instrumental con qué conseguir los propios objetivos; no es otro: es un objeto a estandarizar en el mercado. El sufrimiento psicosocial y los cuidados son convertidos en un nicho de mercado más, abierto al emprendimiento...

Los dispositivos de esta industria terapéutica, ya sea inventando *ad hoc* sus propias teorías y tratamientos como marcas registradas, o bajo mantos de sucedáneos de corrientes humanistas (gestalt, trabajo de procesos, psicología positiva, psicología de la felicidad, comunicación no violenta, resolución creativa de conflictos, constelaciones varias, alternativas *new age*, espiritualidades de moda, el niño interior, etc.) ofrecen un sinfín de terapias catárticas, la primera gratis, en las que se tocan las teclas emocionales con que se alimenta el individualismo narcisista que ha de llevar a la compra del producto. La falacia de la pureza idealizada de la felicidad campa a sus anchas como elección obligada: todo está en tu in-



Cartel del noveno congreso internacional de Psicología social de la liberación, Chiapas, 2008. Fuente: <http://www.psicologiadelaliberacion.org/>

terior, el contexto no importa, si quieres, puedes y si no puedes, hay que seguir trabajando, afortunadamente hay unos cursos intensivos de mayor nivel... Pareciera que haya que estar en un proceso constante de sanación. El negocio es muy rentable. Los productos de las estanterías del supermercado de la felicidad son inagotables.

En espacios politizados, contra-hegemónicos, alternativos...

En estos nuestros espacios también se vive y se produce un intenso malestar psicosocial; un malestar que también

se origina en el marco general de relaciones sociales, pero que presenta algunas singularidades por las especificidades de sus contextos. Ante su magnitud e intensidad, cada vez más se hace más explícito el reconocimiento de la necesidad de ofrecer alguna respuesta al respecto y de generar de forma colectiva espacios de atención y discursos propios.

Sin embargo, también cada vez más fácil e inadvertidamente, la ideología del mercado va colándose a través de esta industria terapéutica que con el lenguaje empresarial neoliberal normalizado (cuantas más palabras, en inglés, más novedosa, sofisticada y eficaz se presenta la terapia), como caballo de Troya mecanicista, viene a decirnos cómo “gestionar” nuestras emociones, a ofrecernos “herramientas” para “trabajarnos” a nosotrxs mismxs, con cursos, protocolos y talleres que nos ayuden a organizarnos eficaz y eficientemente, sin dejar suelto fuera del cálculo ningún fleco de lo humano. Es necesario el cuestionamiento de cómo estas formas de terapeutización entran en los espacios que podríamos considerar como “nuestros” y transforman sus dinámicas.

Desde los espacios alternativos se critica, y en muchas ocasiones con buenos argumentos, a la academia hegemónica de las *disciplinas psi* por su

organización vertical, burocrática o sus efectos de opresión. Sin embargo, ese espíritu crítico riguroso no se aplica a estos dispositivos, que por más que desde su sofismo terapéutico se presentan como críticos, terapéuticos, aliados, alternativos, infalibles y hasta milagrosos, carecen de cualquier rigor teórico, metodológico o práctico y producen efectos funcionales al sistema que se pretende combatir. Estos dispositivos no son perspectivas prácticas o teóricas alternativas, son marcas comerciales y como tales incluso llegan a hacer gala de ser *marcas registradas*®. Con sus estrategias de marketing y ventas, llegan a conseguir que un buen número de personas que participan en movimientos sociales, incluso en algunos donde se hace bandera de vivir desde una crítica radical al sistema dominante, acaban pagando cantidades desorbitantes de dinero por unos cursos y planes de formación que complementan un proceso individual presentado como terapéutico o de crecimiento interior, en el alegre convencimiento de que a pesar del esfuerzo de tamaño sangrado económico, cuando termine el programa formativo, no sólo se estará “curado” emocionalmente, sino que a su vez se podrá ejercer como “*terapeuta*” o profesor de cursos en los espacios alternativos en donde se habita y se podrá así rentabilizar la inversión realizada... ¿Qué hay de malo en tomarlo como una oportunidad para convertirte en tu propio jefe, ayudar a otras gentes y ganar dinero? Es el sistema piramidal de tantos otros ámbitos, ahora aprovechándose cínicamente de la necesidad y la desorientación ante el dolor de quienes cargan el sufrimiento.

Una vez en esos derroteros, entre la complicidad, la vergüenza o la presión grupal a la conformidad, va a resultar muy difícil dar marcha atrás, reconocer que te estafaron o que incluso se siguió el juego. La lógica capitalista de las empresas piramidales se cuela así hasta el tuétano de subjetividades que intentan aliviar sufrimientos y construirse críticamente en el interior de movimientos sociales, rayando las dinámicas del adoctrinamiento sectario.

Como en tantos otros ámbitos en las luchas emancipadoras, el lenguaje de la crítica a los paradigmas hegemónicos en salud mental es también

cooptado, transformado, subsumido; algunas de sus dimensiones parciales son despojadas de su marco de significado, transformándolas en etiquetas superficiales o paradigmas totalizadores que en cualquier caso les vacían de su contenido y significado; de las perspectivas de clase se transita a las de la imagen de marca de escuelas personalistas en que lo colectivo se transforma en un scroll de cromos de rostros sonrientes y currículums inflados con trucos retóricos propios de los cursos de *elevator pitch* que ofertan muchos servicios de empleo de administraciones públicas. Con ese lenguaje, toda una serie de valores y visiones del mundo y de las personas se nos van colando por los tejidos organizativos y los discursos contrahegemónicos, como verdaderos mecanismos de control social. Los espacios sociales van así difuminando su potencial transformador del mundo y de las vidas de las gentes y se produce más sufrimiento.

Estos dispositivos empresariales en torno al malestar psicosocial actúan tanto en los planos de las formas colectivas de organización y relación social como en los planos individuales.

En el cajón de sastre de las psicoterapias alternativas prima la individualidad de la emoción, de las sensaciones corporales, de la propia interioridad, considerada estanca y autosuficiente como valedora de lo real, en tanto que tal, a la forma de una revelación. No se valoran especialmente las formas de argumentación que puedan ser dialogadas, ni la complejidad de la construcción relacional de los afectos, ni la problematización y significación del contexto en el que acontece el sufrimiento psíquico, por lo que las formas de relación social del sistema capitalista en que estamos inmersos no entran en la definición de lo problemático. Eso sí, se van a ofertar “*terapias*” (toma de alucinógenos, constelaciones familiares, búsqueda del niño interior y un largo etcétera) en las que se implementen discursividades complacientes, se aprovechen efectos de dinámicas grupales o de convivencias iniciáticas dirigidas por un gurú o un coach para promover formas de expresión afectiva catártica que pueden producir sensaciones de alivio temporal. Pese a obtenerse un sustancial beneficio econó-

mico, nadie se responsabiliza del daño que se puede producir; eso sí, se puede ofrecer otra terapia, más especializada o profunda, con un descuento...

En lo colectivo, en lugar de crear vínculos consistentes en los que hacemos cargo de la relación con las otras personas, se establecen mecanismos ritualizados, que devienen trámites burocráticos con

los que se elude la responsabilidad y se exige de mayor interpelación colectiva: la ronda de emociones con que se palomea la casilla de los cuidados en cinco minutos al inicio de la asamblea; o el “¿cómo estás?” vacío en que no se espera respuesta, ni se contempla la responsabilidad que conlleva el respeto por lo que se escucha, todo a la intemperie, sin amparo. La socialización del sufrimiento no es contarle “cómo estoy” a la primera persona que se encuentra en el camino y “que sea afín”. Poner los cuidados en el centro, como tantas veces se dice, es una cuestión que requiere mucha más elaboración, profundidad y contexto que la de poner en práctica maquinalmente un artificio superficial que se pretende “técnica” de aplicación aséptica e intrínsecamente “terapéutica”.

Es más, esos artilugios producen toda una serie de efectos contraproducentes, que añaden más daños: individualismos recalcitrantes, narcisismos siempre urgentes y demandantes, victimismos, desplazamiento de toda responsabilidad al exterior, imposibilidad de agencia, libertad y ejercicio de la responsabilidad; idealización de las propias capacidades y potencias, culpabilizaciones, imposibilidad de aceptar la dificultad, la frustración o la impotencia; falta de escucha, de reconocimiento de la otredad; competitividad, irresponsabilidad en las tareas, condescendencia en la rendición de cuentas, conflictividades y dolores que se dejan abiertos, y que retroalimentan bucles de dolores y problemas; vigilancias y evaluaciones sumarias, intrigas internas, fragmentaciones y creación de



Tío vivo muerto. Fuente: <https://primeravocal.org/>

subgrupos de poder, abusos de posiciones de ventaja, chismes, protocolizaciones mecánicas que impiden elaborar sentidos o innovar, que cierran la discusión de lo político, estandarización y superficialidad de pensamientos y comportamientos, imposiciones sentimentales unidireccionales y selectivas, y un largo etcétera...

No pretendemos realizar una impugnación de la idoneidad de espacios individuales en que poder

tratar de afrontar específicamente el sufrimiento psíquico de una persona. Entendemos su utilidad, y además lo hacemos desde nuestra propia piel, pero es nuestra intención arremeter contra la psicopatologización de la vida y la imposición de determinados paradigmas que cortocircuitan la comunicación y los procesos colectivos poniendo una y otra vez al individuo individualista y sus imperiosas necesidades en el centro exclusivo de todo espacio compartido. Cuando realizamos una crítica de determinadas prácticas, denominense o no terapias, no lo hacemos únicamente desde una validación de un saber experto avalado por la academia; también sabemos que el título en alguna disciplina “psi”, por sí mismo, no capacita para acompañar a personas que sufren psíquicamente. Nuestro desbrozar va más allá, y pretendemos cuestionar lugares desde los que se expanden esos paradigmas y la manera en la que lo hacen. En lo psicosocial, se reconoce el continuo entre la interioridad de las personas y los espacios de lo colectivo, de lo familiar, de lo comunitario, lo social, de lo político. En consecuencia, esas formas de relación social también son espacios de actuación para tratar de evitar el sufrimiento evitable...

Ese actuar en el espacio colectivo y común es lo que nos puede abrir, en la incertidumbre, a la esperanza. Tendremos, pues, que seguir pensando a la par que seguimos actuando. Caminar preguntando, que se hace camino al andar. En ese horizonte, ya estamos preparando una continuación a este texto... 