

Revista de Psicología

GEPU

Vol. 5 No. 2



Diciembre de 2014

www.revistadepsicologiagepu.es.tl



REVISTA DE PSICOLOGÍA GEPU
Vol. 5 No. 2 – Diciembre de 2014
ISSN 2145-6569



Editores

Argeli Arango Vasquez / Andrey Velásquez Fernández
argeli.arango@correounivalle.edu.co / andreyvelasquez@psicologos.com

COMITÉ EDITORIAL

Ruben Dario Yepes Universidad del Valle	Laura Daniela de los Rios Universidad Javeriana Cali	Fernando Palau Investigador Independiente	Nataly Chacon Morales GEPU	Angelica Arias Montoya Universidad del Valle
Juan Camilo Gomez Diaz Circulo Social del Self	Erika Yuliana Castro UCC Cali	Gillian Bradbury Jaramillo Universidad del Valle	Christian Mauricio Quintero Universidad del Valle	Jose Alejandro Niño ANEPSI

CONSULTORES NACIONALES

Leonel Valencia Legarda Universidad San Buenaventura	Jorge Alexander Daza Universidad Católica de Pereira	Andrés de Bedout Hoyos Universidad San Buenaventura	Ximena Ortega Delgado Universidad Mariana	Daniel Hurtado Cano Universidad Manuela Beltrán
--	--	---	---	---

CONSULTORES INTERNACIONALES

Marcela Alejandra Parra Universidad Autónoma de Barcelona	Blanca Hurtado Caceda Universidad Alas Peruanas	María Amparo Miranda Salazar Universidad del Valle de México	Adriana Savio Corvino Universidad de la República	Hilda Janett Caquias Escuela de Medicina de Ponce
---	---	--	---	---

COORDINADORES DE DISTRIBUCION

Margarita Ojeda Asociación Paraguaya de Neuropsicología	Mario Rosero Ordoñez Universidad Mariana	Nora Couso Área de Medición Educativo Provincia del Chubut de Argentina	Pablo Antonio Vásquez Corporación para la Intervención Neuropsicopedagógica y la Salud Mental
---	--	---	---

INDEXACIONES



AUSPICIADORES



Agradecimientos especiales en este número a la Asistente Editorial Diana Cristina Mosquera. La **Revista de Psicología GEPU** es publicada por el Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle, 5 piso, Edificio 385, Ciudadela Universitaria Meléndez, Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia. Los artículos son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión del Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle.

Hecho en Colombia - Sudamérica.

Safe Creative Código 1507194665200

Revista de Psicología GEPU Vol. 5 No. 2 by Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle is licensed under a Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported License. Creado a partir de la obra en <http://revistadepsicologiagepu.es.tl/Vol.--5-No.--2.htm>



Laura Daniela de los Ríos*
Universidad del Valle / Colombia

COMO SENTIR, LO QUE TAL VEZ NI EXISTE

7

Recibido: 12 de Noviembre de 2014

Aprobado: 17 de Diciembre de 2014

* Vice-Coordinadora del Grupo Estudiantil y Profesional de Psicología Univalle – GEPU –, Psicóloga de la Universidad del Valle y estudiante de la Maestría en Derechos Humanos y Cultura de Paz de la Universidad Javeriana Cali. Correo electrónico: lala.delosrios.lopez@gmail.com

“...y si me niego a sentir tus ojos por temor a ver el reflejo de esa mirada, esa mirada oculta de vergüenza, esa mirada que niega tu dolor aunque reconoce que existe, esa mirada que niega tu presencia aunque estés a su lado, esa mirada que solo quiere traspasarte porque no puede sostenerte, esa mirada que niega la tuya por temor a pensar que esa mirada es la que alguien algún día tal vez me podrá negar...”

Jamás aun teniéndolo cerca fui consciente del dolor que genera vivir con la locura y en medio de ella. Un chiste se vuelve pensar en lo que es un enfermo mental, “tú, él o ella o todos estamos locos” pienso tantas veces cuando veo a través de mi ventana y con mis sentidos cómo se relacionan los otros.

Pasa a mi lado un habitante de la calle, “indigente” solemos decir sin pensar, es una

persona, tiene familia, pero sobre todo tiene una enfermedad vive con ella, la combate día a día y notablemente no ha podido apoderarse de ella; logro notar como sus pasos se acercan sin controlarlos hacia donde yo voy, miro a los lados, miro al frente y pienso: cómo hago para evitarlo, cómo lo esquivo, cómo hago de cuenta que simplemente no existe.

Se acerca y parece hablar con alguien, pero no es conmigo “está loco” pienso, habla solo, ve cosas, es un vicioso, solo eso pienso, solo eso piensan tantos.

La realidad aunque tantos la nieguen o quieran hacer de cuenta que no existe, es que la enfermedad mental, como cualquier otra enfermedad física, es una situación que afecta a muchas de aquellas personas con las que convivimos a diario: un amigo, un vecino o aún más cercano un familiar.

"Mejor lo escondo, mejor lo niego" eso escucho decir a personas que en sus manos tiene a alguien que padece una enfermedad mental, digo padece porque en una sociedad donde el enfermo mental no ocupa un lugar, lo único que puede hacer es padecerla, podría vivir con una enfermedad, convivir con ella, pero no puede la sociedad lo impide solo le permite padecerla, negarla, avergonzarse de ella.

Pero nos olvidamos de que todos corremos el riesgo de tener una "locura" de que en un momento caótico un evento explote y genere nuevas reacciones en nuestro organismo y en nuestra mente empezamos a imaginar cosas, nos refugiemos en nosotros mismos para así olvidar lo sucedido para así escapar de una realidad que no nos gusta, que nos lástima que nos recuerda que estamos vivos en un espacio que nos desagrada, en situaciones que lamentamos con personas que nos lastiman.

Olvidamos que hay quienes nacen con estas enfermedades o escondites propios de sí mismos y de otros, pero que con un esfuerzo en común con una voluntad que pocos tienen y no porque les falte, sino porque las quitan, crecen en hogares y sociedades que los señalan, que los apuntan, que los estigmatizan o que estigmatizamos

Es poca la educación de aceptación y prevención que nuestra sociedad promueve en torno a situaciones que a pesar del

drama que significa para una persona, una familia, incluso una comunidad entera representa, en nuestros pequeños y grandes pueblos colombianos, latinoamericanos y muy seguramente del mundo, se tiene siempre el "el loco del pueblo" verdaderamente el enfermo del pueblo del que todos se ríen pero pocos protegen.

He visto como familias enteras se solidarizan con lo que algunos llamamos pacientes, como cambian su estilo de vida para demostrar que el ser un "enfermo mental" no incapacita a nadie para tener una vida que se dice sea "normal" como aprenden a vivir con su enfermedad a reconocerla y de esta manera vivir en una sociedad.

También he visto como otras familias se avergüenzan, los esconden o más lamentable "los botan" como si fueran nada, no producen, no aportan solo estorban, mejor los abandonamos y hacemos como si nunca hubieran estado. Llegamos a hospitales, lugares de paso, instituciones donde vemos personajes que se vuelven parte del paisaje del lugar, personajes abandonados por sus seres y adoptados por los lugares, que les dan comida, vivienda, un espacio al cual llegar, pero en un espacio que día a día les recuerda que no son "normales", no son queridos.

"...quisiera sentirme libre
Libre de sentirme, libre de vivirme
Sin control, sin límites de ser lo que soy
¿Estoy loca, estoy enferma?

¿Soy una enfermedad o vivo con ella?
Soy una persona, una estadística
Un rotulo que con pastas, se cura
Una situación que se niega aunque vivo
con ella..."

Veo como mecánicamente todos vivimos nuestro día e ignoramos tantas veces lo que por nuestra mente pasa, pero ellos, ellas esos otros que hablan solos, que ven cosas, sienten cosas, simplemente no pueden ignorar lo que por su mente pasa.

"...como hacerlo, como negar si lo estoy sintiendo si a mí oído hablan, en mi mente repiten lo que debo y no debo hacer, se ven tan reales como yo, seré yo una mentira, seré yo la visión, me hablan y es tan natural, como creer que son falsos, ilusiones que es mi mente jugando con mi realidad, intento tocarlos con miedo a que sean una mentira, pero se sienten tan reales, como el piso sobre el que me paro, escucho voces que hablan suave y seductoramente a mi oído, me dicen que no existen, que estoy loca, que ¿Qué me está pasando?, porque invento cosas, quiero llamar la atención..."

Qué puedo yo pensar, cuando me dicen esto, tan seguros, tan sinceros, tan reales que hasta yo lo creo, como decirle, no es verdad, no ves nada, no escuchas, nada, ¿estás loco? Eso debo decirle, debes poner los pies en la tierra, debes ser normal o por lo menos aparentarlo. Debes ser consciente de que nada de lo que ves y sientes existe. Debo rotularlo enmarcarlo en un concepto y olvidarme de que es un sujeto, claro por

supuesto eso debo hacer, eso es lo que la sociedad me ha enseñado olvidarme de la persona para convertirlos en simples estadísticas un número más, sin un sentimiento, sin un pensamiento.

Cuando entro al psiquiátrico y veo esos pasillos tan eternos a veces donde lado a lado encontramos esas puertas, que miramos tan intrigados, pensando ¿Qué hay atrás, quien está, cómo está, me pegarán, me gritarán, que harán? Veo que alguien se acerca y me alejo de pronto "es un loco que me quiere hablar" pienso. Veo los enfermeros como se ríen, como disfrutan de su "normalidad" mientras en una silla atado grita alguien, "déjeme salir, quiero irme, suéltame" cuando se cansan de escuchar, se acercan sacan una aguja los inyectan y ya, por fin se quedó dormido piensan tantos, quizás hasta lo pienso yo, ya no gritará ya podré concentrarme en hablar con alguien normal.

Nuevamente olvido como todos, que ese podría ser yo, queriendo liberarme de lo que me ata a la silla, de lo que me ata a ese centro médico, de lo que me ata a la enfermedad. Me medican una y otra y otra y otra vez, pero no siento, no veo mejoría, no entiendo por qué no me hablan, por qué me ignoran, quisiera que me escuchen, que sepan de verdad que pasa por mi mente, no lo que creen que pasa por ella. Ponen palabras en mí que no he dicho, sentimientos que no he tenido, pensamientos que por mi mente no pasan.

Solo alguien me escucha, quizás un buen doctor, un enfermero amable, el pariente de otro paciente, alguien que me observa con esos ojos que reflejan lástima y pesar, pero que está dispuesto a escucharme a darme tiempo, solo eso pido cuando me siento aquí, tiempo un poco, diez, quince, veinte minutos, nada más pido solo un momento para sentirme persona de nuevo. Se acercan y cuando intento hablar es tan difícil me pesa la lengua, me pesan las palabras cómo me pesan las palabras, eso no es posible, pero eso pasa, los ojos se duermen y quisiera poder abrirlos grandes para sostener la mirada de esa persona que me mira, pero no puedo, no soy capaz, y esa persona lo nota, así que decide después de su intento de humanidad simplemente irse, desearme suerte e irse. Reacciono a la realidad, y la persona que inicialmente vi atada, ahora se desparrama en su silla, esta dopado, no puede controlar su cuerpo, menos su mente.

Qué pensarán, me pregunto yo, que sentirán de estar aquí todo un día, un semana, un mes, pastas y pastas, inyecciones, preguntas y preguntas, pero esas imágenes esas voces no se van, "no me dejan en paz, a veces aumentan" comenta un paciente, "quiero irme, quiero irme, no quiero estar más acá" grita otro, y dicen los psiquiatras "peligro de evasión, ténganlo observado, dopado para que no se vuele", cómo no querer irse, me digo a mí misma, están aquí sin nada que hacer, un espacio extraño, gente extraña, con mirada

desorbitada con frases que no tienen sentido, les cogen su ropa, no los visitan, no tienen nada que hacer, más que dar vueltas y vueltas, en el mismo punto, de un lado a otro de la sala, ir y venir, ir y venir, esperando una llamada, una visita, una frase que trae la completa felicidad "le dieron salida" o que alegría se debe de sentir cuando por fin escuchan eso, salida le dieron salida, por fin será libre, de un espacio, pero nunca de su mente. "le daremos salida, pero tal vez en una semana vuelva" piensan tantos en el psiquiátrico, tal vez se descompense, tal vez un detonante lo traiga de nuevo.

"...La enfermedad pone un velo sobre la cara del paciente que nos dificulta descifrarlo..."

Qué frase, la leo y me quedo pensando en tantos pacientes que veo a veces, en tanto "indigente" que veo pasar, en tantas personas que pasan a mi lado, con una sonrisa en sus labios, pero una profunda tristeza en sus ojos, tal vez mientras su mirada trata de concentrarse en la mía, a sus oídos habla un ser que no existe, su mano la toca "nadie" pero él o ella lo sienten tan real que se asustan, me miran con disimulo para que yo no note su miedo. Y solo puedo pensar, que loco que raro, lo rotulo como siempre, como hacemos siempre.

Y a los días, escucho "se fue, al otro lado." tal vez descansó tal vez descansan por fin quienes lo rodeaban. ¿Qué paso? Pregunto,

se veía tan bien, había mejorado, estaba más tranquilo, más calmado, ya no molestaba, no era demandante, se veía por fin tan “normal”.

“...Una angustia, eso siento, Cuando pienso, Debo ser normal ¿para qué? ¿Para quién? ¿Por mí o por ti?...”

La normalidad un concepto tan abstracto tan imponente, del cual tantos se cansan, se aburren hasta el punto que un día sin pensarlo solo con sentirlo deciden no ser más normales, quitarse el rótulo, simplemente dejar de existir como un cuerpo.

“...recuerdo el día, ese día, cuando con dureza y frialdad un diagnóstico me decía “eres bipolar” ¿soy qué? me preguntaba con desasosiego y miedo ¿Qué tengo? ¿Qué hare? ¿Qué soy?...”

Porque cuando tienes una enfermedad mental ya no eres una persona, eres una enfermedad. Tu vida se acaba, dicen muchos y realmente lo pienso, “estar encerrado dentro de tu propio cuerpo, no poder tal vez escapar de tu mente, de esos sueños que se sienten tan reales, que no se sabe si son una realidad o mi mente escapando de sí misma”

“...y hoy por fin podré escapar de mí mismo. Toda la vida me pregunté que se sentirá por fin ser libre. Pienso cómo hacerlo, llevo días despidiéndome de los

lugares. De los recuerdos, de las personas, de mi esencia, llevo días ahora minutos. Dejando mi pasado atrás, pensando ya, por fin seré libre de mí, ya por fin. Mi alma dejar mi cuerpo y esa enfermedad ya no estará. No estaré yo, no habrá nada solo el recuerdo de lo que fui, del humano no del enfermo. Por fin me despido de todos, por fin controlo algo. Mi muerte, mi adiós, mi cuerpo y su despedida....”

Y un montón de sentimientos pasan por mi mente cuando me digo a mi misma, eres psicóloga tu puedes, ¿tú puedes? Me pregunto, ¿puedes qué? Curarlos, sanarlos, realmente me doy cuenta al estar en un espacio tan “poco normal” como un psiquiátrico que no están simple ser lo que decidí estudiar, porque el tener una profesión no es solo un diploma es de una extraña manera empezar a serlo, no sé exactamente ser que, porque al sentarte hablar con pacientes que tantas veces sin pedirlo esperan tanto de ti, te encuentras con un sentimiento tan profundo de importancia que no sabes realmente ahora que eres. Sales te sientas con tus compañeros y te consuelas con el hecho de que realmente como todos eres solo un ser humano, claro tendrás habilidades que otros no, capacidades que ni sabías que tenías pero no eres el salvador de nadie, eso calma mi malestar pero no el del paciente y eso aunque no lo desee genera en mi interior y en mi aparente intelecto un choque tan fuerte que por momentos olvido realmente que hago en este espacio.

En mi recorrido como practicante me encontré con Lina Millán, una paciente que tan solo me lleva un año de diferencia en edad, pero ha vivido unas experiencias que cuando me las cuenta no alcanzo a imaginar el dolor, la extrañez, el sentimiento de duda que con la vida debe de vivir Lina cada día, me marco no lo niego, fue una paciente que me pareció siempre tan tierna, tan alegre a pesar de sus fuertes experiencias a tan corta edad, era increíble la emoción con la que recibía a la gente y en mi caso particular con la ternura y la alegría con la que me veía llegar, me quería abrazar, pero ese extraño "sentimiento de poder y distancia" que se maneja al interior del psiquiátrico no permitía que el hacer esto fuera normal, contaba sus historias con una emoción, un sentimiento que mientras ella hablaba yo las vislumbraba en mi mente sus experiencias y no entendía cómo podía con tanta tranquilidad contármelas, aunque a veces lloraba y sentía el dolor, siempre trataba de contar la parte bella y alegre de lo que le paso. "La doctora del pelo morado" me decía y extrañamente de sus labios salían "te quiero mucho, me gusta mucho hablar contigo, tú me entiendes" y yo pensaba lo único que por ti puedo hacer es escucharte, y la verdad es lo que por tantos de ellos podemos hacer "escucharlos" porque nadie más lo hace, nadie más va a ese lugar a hacer solo eso "escucharlos".

Lina tenía unos tics, que no olvido que poco a poco ella fue superando y después del último tratamiento que le hicieron "ya que

no hacia adherencia a nada" que fue el TEC, el que considero yo es no sé si decir el peor, porque a algunas personas les funciona, pero si considero el más fuerte, el menos humano, el que "considero elimina cierta esencia de la persona", el que borra recuerdos, pero no dolores; fue el último tratamiento de ella y el caso que más me impacto porque cuando la vi de nuevo después del TEC ya no era esa Lina que yo conocí, tal vez me dijo un practicante de medicina, quizás antes era así, no lo sé, puede que sí, pero realmente mi mente piensa que esa Lina emotiva, alegre que hablaba con fluidez, que siempre tenía algo que contar, que se emocionaba cuando pensaba en su mamá, en querer salir adelante, en estudiar, esa Lina Millán que conocí ya no estaba, ahora era extremadamente callada, complaciente, benevolente y con "afecto plano" como dicen en el hospital, le dieron salida y aparentemente ya estaba bien, salió más calmada sí, eso no podría negar, pero no sé si mejor, porque en mi concepto la "normalidad" que realmente no existe no puede limitarse al hecho de ser un total alienado de la sociedad que medicamente debe estar siempre dopado para poder ser "funcional" y productivo a la sociedad.

Fue una fuerte experiencia que de por vida me marcara porque me enfrente con mi ser, con mi sensibilidad que descubrí no es tan explosiva como creía o tan sensible a ciertos eventos, descubrí que aunque me marca, no

me dejo llevar por el sentimiento del momento.

Como profesional me conflictue con la idea de poder que manejan en este tipo de instituciones, puesto que realmente no considero que el tener cierto conocimiento me hace más que otros y me hace más que un paciente porque realmente son ellos los que más me enseñaron, no negare que de otros profesionales aprendí bastante en cuanto al trato y ciertos conceptos que no podía antes entender, pero son los pacientes personas que pienso yo tienen tanto por dentro y me parecen tan admirables porque a pesar de sus fuertes experiencias siguen, creen que por estar en ese lugar están limitados a “ser” a hacer, a sentir pero realmente son los que más sienten.

Me alegra haber escogido este lugar para hacer mi práctica profesional realmente no creí llegar a este espacio, porque aunque desde que entre a la carrera fue el lugar que me visualice para estar, no pensé que llegara a ese espacio. Fue bastante fuerte al principio, no olvido la pesadez que sentía las primeras semanas, por las fuertes historias por la energía que transmite el sitio, porque

es un lugar vivo lleno de recuerdos, de palabras, de historias que se escuchan y se creen irreal que se piensa a veces son solo “historias de libros” como decimos nosotros, pero realmente no es así, los libros son vida y sus historias son realidades y estas personas son “su locura vivida”.

¿Soy normal? es la pregunta con la que uno sale de esta institución porque realmente al escuchar las historias, los diagnósticos, podríamos decir que el mundo entero es un hospital psiquiátrico, colonialmente siempre digo “todos tenemos nuestro rayado” y ahora lo mantengo y lo sustento, porque aunque no crea en los diagnósticos psiquiátricos, al escucharlos te das cuenta que aplica a cualquiera. Y ahí surge nuevamente la pregunta ¿soy normal? Y deduzco, no lo creo, nadie lo es, ni se si realmente este concepto es un acierto. ¿Soy diferente? Es otra pregunta, y me respondo con un ¿a quién debería ser igual? Porque para ser diferente debe haber un criterio de “igualdad” a la hora de ser en tu personalidad, y para mi pensar el ser variados el ser lo que eres, por lo que vives, lo que convives, lo que sientes, es lo que te hace ser un ser vivo y real.