

Didáctica e Intervenciones Sistémicas en la Secretaría de Prevención y Asistencia de las Adicciones de la Provincia de Buenos Aires: Una experiencia de redes *

**Systemic Training and Interventions in the Frame of the Secretary of
Addictions of the province of Buenos Aires: A network experience (*)**

Por: Claudio Des Champs **

“El Hombre no ha tejido la red de la vida: es solo una hebra de ella.

Todo lo que le haga a la red se lo hará a si mismo.”

RESUMEN

Descripción de una experiencia de formación e intervenciones sistémicas en el marco de la Secretaría de Adicciones de la provincia de Buenos Aires. Al marco teórico práctico sistémico constructivista con los aportes de la pragmática de la comunicación humana, se le suma la lectura ecosistémica y las intervenciones preventivo-asistenciales sobre el micro, meso, exo y macro sistema. Se explicitan los fundamentos de las técnicas utilizadas como la visualización y otras, destinadas a grandes concurrencias, a través de la aplicación de conceptos provenientes del campo del construccionismo social, la resiliencia, la inteligencia social, las neurociencias –en particular del sistema de neuronas espejo y sus características de conectividad, empatía y contagio emocional-, más los aportes de la investigación en psicoterapia.

* Este artículo fue originalmente publicado en la revista *Sistemas Familiares y otros sistemas humanos*, publicación de ASIBA, Asociación Sistémica de Buenos Aires), Buenos Aires, AÑO 24- N ° 2 Noviembre 2008

** Psicólogo, psicoterapeuta de individuos, parejas y familia. Profesor del IFATC (Institut de Formation et d'Application des Thérapies de la Communication), Lyon, Francia. Profesor adjunto de la Universidad de Morón. Profesor invitado en diversas instituciones de Argentina y del exterior. Docente fundador y supervisor de ESA (Escuela Sistémica Argentina, asociada al MRI de Palo Alto y a la Escola de Terapia Familiar de Barcelona). Miembro del Board de revistas españolas y argentinas de su especialidad, autor y editor de artículos y libros en el campo de la terapia familiar en Argentina y en el exterior. Ex editor y director del periódico *Perspectivas Sistémicas* (desde 1988 hasta 2007). Actualmente dirige *Perspectivas Sistémicas On line* www.redsistemica.com.ar; deschamps0@arnet.com.ar.

Palabras Clave: Prevención y asistencia en adicciones. Redes. Microsistema, meso sistemas, exo sistema, macro sistema. Resiliencia. Neuronas espejo.

ABSTRACT

Description of an experience of systemic training and interventions in the frame of the Secretary of Addictions of the province of Buenos Aires, Argentina. To the theoretical and practical systemic constructivism frame with the contributions of the pragmatics of human communication, it is added the ecosystemic standpoint and the preventive and assistance interventions in the micro, meso, exo and macro system. The implemented techniques, like the visualization and others, designated to big concurrence, are presented and justified through the application of concepts originated in the field of social constructivism, resilience, social intelligence, the neurosciences – in particular the mirror neurons system and their characteristics of connectivity, empathy, emotional contagion-, and also, the contributions of psychotherapy research.

Key words: Addictions prevention and assistance. Network. Microsystem, meso system, exo system, macro system. Resilience. Mirror Neurons.

1. La teoría de la práctica

En febrero de 1997, el Dr. Juan Yará, reconocido psiquiatra y Secretario en esa época de la Secretaría de Prevención y Asistencia de las Adicciones del gobierno de la provincia de Buenos Aires, me invitó a participar en la tarea que él dirigía, insertándome profesionalmente en una compleja trama, conceptualmente hablando, una red de trabajo comunitario-didáctico-preventivo-asistencial en relación al flagelo de la drogadicción.

Cuando me refiero a la concepción operativa red en este contexto, me refiero a las redes sociales, sus conexiones, interacciones –o sea a las acciones recíprocas y circulares, a su complejidad, a las reglas que las rigen y a las consecuencias en perjuicio y/o en beneficio de los seres humanos que las integran. Para decirlo en términos constructivistas, me refiero a un mapa que nos servirá para recorrer un territorio plagado de relaciones simétricas y complementarias, de permanentes entrecruzamientos entre distintos grupos sociales, profesiones, grupos etarios, micro y macrocontextos y los conceptos intermedios, meso y exo (Bronfenbrenner, 1989), que analizaremos más adelante.

A esto tenemos que sumarle el universo de los intereses y necesidades individuales versus los intereses y necesidades colectivos- comunitarios y, finalmente, los nudos, o sea estos lugares de entrecruzamiento, virtuales o reales, de diferentes sistemas involucrados (judiciales, médicos y psicológicos, mediáticos, educativos, políticos, deportivos, científicos, económicos, entre otros), donde se resuelven para bien o para mal, los conflictos de una comunidad, de una ecología humana envuelta en la aventura de convivir.

Estas redes podrían definirse simultáneamente como el tejido y la dinámica de las relaciones entre distintos grupos humanos para las cuales no existe una frontera en común. Por otro lado, la metáfora de la red se erige igualmente como uno de los principios fundamentales de los llamados nuevos paradigmas en ciencia, como un nuevo modo de percibir y por ende de construir la realidad, que consiste en un entramado relacional en el cual no existen jerarquías ni bases fundacionales y donde, por otra parte, nuestras descripciones son parte integrante de un conjunto de elementos interconectados.

Y todo ocurre en un espacio geográfico, contexto social y tiempo determinado, en el que estas acciones circulares se retroalimentan sin solución de continuidad y donde, como decía Gregory Bateson (1964), lo único precedente es la comunicación.

Avanzando a un estadio evolutivo epistemológico superior, en términos del epistemólogo constructivista Jean Piaget y bajo la perspectiva de una lectura construccionista social, desarrollada en la obra de Kenneth Gergen (1999) y colaboradores, las descripciones e interpretaciones o lecturas de las interacciones mencionadas terminarán

configurando relatos significativos, historias con sentido generadas en conversaciones entre los protagonistas que construirán, de esta forma, consensos lingüísticos que darán lugar a la creación de “realidades” comunes a los participantes. Estas “realidades compartidas” posibilitarán a su vez, en el mejor de los casos, la puesta en marcha de acciones coordinadas en pos de soluciones a ciertos problemas, la desconstrucción de historias “saturadas de problemas” (Anderson y otros, 1988) y a los consultantes como expertos (Anderson y otros, 1992) y/o a nuevas narrativas, más esperanzadoras, siguiendo la línea de los creadores del narrativismo en psicoterapia, el terapeuta familiar australiano Michael White y el neozelandés David Epston (1989; 1993). En este caso en particular, el objetivo era, naturalmente, la disminución de las adicciones en la vida de esta “comunidad de destino”, en términos del pensador e investigador social francés, Edgar Morin (1990). El profesor Morin, precisamente, fue invitado como conferencista y participó como asesor científico de la Secretaría de Adicciones, difundiendo su conocida teoría de la complejidad y otras ideas que permiten articular conceptos y disciplinas diversas, crear puentes entre compartimentos estancos del conocimiento humano y promover optimismo a partir de la valorización particular y positiva que este reconocido científico le atribuye a la incertidumbre:

“Es evidente que cuando comprobamos las probabilidades, estas nos llevan a una visión pesimista. Pero todo lo que aconteció de nuevo en la evolución ha sido siempre improbable” (Morin, 1998).

2. La práctica de la teoría

Más allá de estas consideraciones epistemológicas, en concreto, me fue asignada la tarea de transmitir los principales conceptos teóricos y enseñar la práctica de la terapia familiar sistémica en todos los ámbitos de la Secretaría. La idea era insertar el paradigma sistémico-constructivista en el seno de esta compleja y amplia organización preventivo-asistencial. Tomemos en cuenta que la Secretaría contaba con una red académica que implicaba convenios con 22 universidades de todo el país, con la prestigiosa Deusto española y con el apoyo científico y financiero de la Unión Europea. Además, se crearon más de ciento cincuenta centros preventivos-asistenciales a lo largo y a lo ancho del enorme

territorio de la provincia de Buenos Aires, el área de mayor cantidad y densidad de población de Argentina. También se crearon importantes redes de operadores comunitarios, una de las cuales fue denominada “Programa 10.000 Líderes para el Cambio”. Estos líderes eran jóvenes que en general no estaban involucrados con las drogas y que eran entrenados y motivados a ayudar a jóvenes que eran detectados como consumidores o adictos a las drogas en ámbitos escolares u otros, de poblaciones pertenecientes al mismo grupo etario. Eran formados como líderes positivos para generar apoyo, emulación de conductas solidarias y cooperativas y tenían la ventaja de frecuentar los mismos ámbitos que los jóvenes consumidores y, también y muy importante, de compartir ciertos códigos, lenguaje y gustos.

Mi participación consistió en crear y desarrollar programas académicos de formación teórica y, sobre todo, de entrenamiento de campo en psicoterapia sistémica, los cuales fueron insertados en las maestrías para profesionales de la salud (psicólogos, médicos, asistentes sociales, psicopedagogos e, incluso, abogados de familia) y en tecnicaturas para voluntarios con títulos intermedios, educadores y personas en general interesadas en el tema de la drogodependencia. También, frente a demandas de los profesionales y voluntarios de la Secretaría (quienes a su vez se hicieron eco de inquietudes de la población a su cargo), me fue solicitada la creación y coordinación de seminarios especiales en prevención y asistencia de la violencia familiar. En los mismos, además del estudio teórico, creamos espacios de práctica de terapia familiar por medio de sesiones simuladas, experiencias de grupos reflexivos, siguiendo el modelo del psicoterapeuta noruego, Tom Andersen (1991, 1994), y algunos aspectos de modelos psicoeducativos.

Este contacto masivo inédito con esta sufrida población que padecía los avatares de la aplicación de una política económica neoliberal que fue desmantelando las redes de protección estatal fue creando en consecuencia una marginalidad y una pobreza visible y de gran envergadura, desconocida para nuestro país hasta entonces, en plena Ciudad de Buenos Aires y en toda la República Argentina.

Al generarse estos primeros espacios de encuentros entre la población y los profesionales de la salud y de la educación, comenzó a surgir una demanda de las escuelas provinciales para proveerlos de herramientas para enfrentar la violencia escolar, en algunos casos derivadas de cuestiones relacionadas con la venta y el consumo de droga, pero más allá de ello produjo este “efecto dominó” de toma de conciencia y movilización en relación a típicas problemáticas familiares y sociales, como la violencia doméstica y el abuso sexual infantil, sobre las cuales se habla mucho, se padecen aún más, pero se realizan pocas acciones concretas para solucionarlas, y las pocas que se llevan a cabo resultan de escasa eficacia y perdurabilidad en el tiempo.

Una reflexión teórica sobre un ecosistema en crisis: micro, meso, exo y microsistema.

«Un ser humano solo es un individuo en el contexto de los sistemas sociales en el cual está integrado y sin individuos no habría fenómenos sociales humanos» (Maturana, 1994)

El análisis ecosistémico de las relaciones familiares explica que la primera capa social se refiere a las relaciones entre el individuo y su entorno inmediato, o sea, la familia. En nuestros consultorios, en general, comenzamos nuestro trabajo con este *microsistema* familiar, involucrado en un proceso evolutivo en un proceso coevolutivo entre sus miembros. Pero sabemos que, más allá de los recursos que posea una familia, la capacidad y los esfuerzos de los padres a cargo de la crianza, cuidado y educación de sus hijos, la posibilidad de éxito de las familias, depende, en buena parte, del entorno social amplio de estas familias.

La segunda capa social ecológica, siguiendo a Bronfenbrenner (1989) el *mesosistema*, concierne a las relaciones entre los microsistemas. Es decir, a la interrelación entre los principales ambientes que reciben y participan en la educación y el desarrollo de un ser humano durante una etapa evolutiva muy importante de su desarrollo personal. Por ejemplo, en las relaciones entre la familia y la escuela: ambos microsistemas se afectarán mutua y recíprocamente y actuarán mancomunados y generando seguridad y contención o en conflicto permanente, enfrentados, y estimulando a los niños y adolescentes a rebeliones

insensatas, rechazo por las normas, agresiones a los docentes y tomas de colegios, como sucede actualmente.

La tercera capa, según el mismo autor, se denomina el *exosistema*: el mundo laboral de los padres, las características del barrio, la red de las relaciones sociales, la distribución de los bienes y servicios. De esta manera, los acontecimientos que se produzcan en el ámbito laboral de los padres o adultos a cargo van necesariamente a tener consecuencias en la vida de los niños y adolescentes, así como si el barrio o complejo habitacional tiene agua corriente o carece de ella.

Finalmente, y no menos importante, la cuarta capa, el *macrosistema* representa los valores culturales, el sistema de creencias y los acontecimientos históricos (guerras, crisis sociales, inundaciones, etc.) que afectan a todos los otros sistemas de este ecosistema. Nos estamos refiriendo a los prejuicios sociales de esta sociedad en cuestión, a cuáles son las actitudes de ese contexto social en particular en relación a la droga, la sexualidad, la inmigración, el aborto y tantas otras cuestiones. También al mundo mediático, sobre todo a través de la televisión, participa cotidianamente en nuestra vida comunitaria, de hecho, para muchos investigadores especialistas en el impacto del medio televisivo en los teleespectadores menores de edad (Merlo Flores, 2007), se trata de la irrupción del mundo adulto en el mundo del niño y del adolescente.

La salud de las familias y de los miembros que la componen depende, por lo tanto, de que los niños y sus familias tengan la posibilidad de establecer una conectividad saludable, lazos sólidos y sustentables con otros sistemas humanos externos al medio familiar. A su vez dependerá de la forma en la que estas fuerzas externas penetren en el ámbito familiar y regulen, de cierto modo, las relaciones entre los padres y sus hijos, y sobre todo las reglas de conducta del entorno inmediato de la familia y sus circunstancias socio históricas y de la cultura que constituirán el macro ecosistema de estas familias, influyendo y siendo influidos por estos procesos de retroacciones simultáneas y recíprocas.

En el caso de la intervención llevada a cabo en la provincia de Buenos Aires por la Secretaría de Adicciones debimos actuar, simultáneamente, sobre el micro, el meso, el exo y el macrosistema.

3. Intervención de múltiple impacto en la provincia de Buenos Aires: del escenario

“Sálvese quién pueda, cada uno por su lado”, de ayudadores y asistidos, al escenario de *“Uno para todos y todos para uno”*, trabajo de equipo solidario y estimulación de los aspectos resilientes de todos los protagonistas (Des Champs, 2006).

El entrenamiento en el abordaje sistémico de los colegas y asistentes sociales que trabajaban en los centros de prevención y de asistencia de las adicciones de los distintos barrios y ciudades de la provincia les permitió a estos operadores aprender a intervenir en el medio familiar, o sea, en un primer nivel, microsistémico pero de mayor complejidad, de más impacto y eficacia que con el toxicómano aislado, como si se tratara de una problemática individual.

Simultáneamente al entrenamiento, participé en la formación de educadores, curas a cargo de parroquias, voluntarios o coordinadores vecinales o de clubes barriales y también de –simplemente– padres o madres de familia preocupadas por el tema.

De esta forma se amplificaron los círculos concéntricos de la intervención sistémica en el nivel mesosistémico porque muchos de estos encuentros incluyeron padres y alumnos de establecimientos escolares que tuvieron posibilidad de expresar sus inquietudes y de participar como parte integrante de la comunidad educativa. Gradualmente, en esta línea de acción se fue alcanzando un nuevo círculo concéntrico, el exosistema: el barrio entero era convocado, las reuniones se llevaban a cabo en las escuelas, en las parroquias, en grandes salas de conferencia o teatros, en las instalaciones de clubes deportivos.

Las autoridades y los directores de las instituciones educativas participaban y se comprometían en el combate contra la droga, no contra los traficantes y mucho menos “contra” los drogadictos. Es decir que, en términos de la lectura narrativista y

particularmente de los aportes del psicoterapeuta australiano, Michael White, el problema de la droga era *externalizado*, o sea puesto afuera, y todos estaban involucrados en la solución del mismo, unidos “contra la drogadicción” y a favor de la salud. Todos cooperaban para solucionar y/o combatir la drogodependencia, cada uno desde sus lugares de participación y en algunos casos más allá de ellos, pero eso sí, organizados y entrenados para hacerlo coordinadamente.

4. De las exposiciones complementarias a las simétricas: de la montaña al llano

Una experiencia particularmente valiosa en la cual tuve oportunidad de intervenir fue en las continuas convocatorias a los jóvenes, la población más vulnerable y el *target* principal de los vendedores de droga, a la que estos mercaderes de la muerte y de la destrucción apuntan, regalándoles y dándoles de probar las primeras veces y también asegurándoles “que es de la buena, de la pura, de “la mejor calidad”. Poco a poco, los jóvenes no solo asistían, sino que, además, podían expresar sus sentimientos de rabia e impotencia, sus angustias y sus preguntas y quejas hacia el maltrato y la discriminación que a veces padecían de parte de las autoridades o de los propios profesores, ellos mismos desbordados por diversas circunstancias adversas y falta de apoyo. Recuerdo como conferencista haber escuchado a los oradores que me precedieron hablar críticamente de “adolescentes de hoy en día” o “de la “juventud actual”, frente a muchos de estos jóvenes que se encontraban convocados.

Como observador de la interacción y de los efectos de la pragmática de la comunicación, noté el fastidio del público joven que incluso se retiraba y/o protestaba con algún grito, abucheo o silbido. Cuando llegó mi turno, comencé a hablar sobre la comunicación, sobre la importancia de escuchar y de ser escuchado, de cómo en la terapia familiar legitimábamos y validábamos todas las voces y posturas, y dirigiéndome al grupo más notorio de jóvenes les pregunté si tenían algo que decir sobre lo que decían de ellos. Cuando empezaron a reaccionar, a querer expresarse, les propuse que alguno de ellos subiera al escenario y planteara las inquietudes que tenían y expresara su parecer.

Uniendo el gesto a la palabra, me levanté de la silla y les tendí el micrófono. Luego de un instante de duda y de sorpresa, uno de estos jóvenes se acercó y subió al escenario. Habló en un buen tono, sin exabruptos, comentó diversas cuestiones exponiendo la visión de los jóvenes en relación a los adultos y cuando se acabó su tiempo (o sea el que le había cedido del mío) concluyó con total corrección.

Más allá de los aplausos, sucedieron dos cosas interesantes: la primera fue que, cuando me bajé del escenario, un nutrido grupo de jóvenes se me acercó para hacerme preguntas muy puntuales: cómo ayudar a los compañeros que se drogaban, qué hacer, cómo abordarlos, si intervenían o no, qué hacer con los *dealers* o vendedores de droga.

Básicamente lo que querían saber era cómo actuar porque información tenían y mucha, aunque no del todo exacta, pero lo que definitivamente no sabían era como afrontar el tema. En segundo lugar, la secretaría tomó nota y generó un espacio más o menos formal o informal pero cada vez más presente, para que los jóvenes tuvieran voz y voto, o sea escucha y participación activa en estas reuniones, siguiendo con la acción ya iniciada por el Dr. Yaría con su programa “Los Diez Mil Líderes para el Cambio”.

De hecho, la Secretaría se ocupó especialmente de la juventud, que es el blanco preferido de los vendedores de droga. Se los convocó no para darles sermones o agobiarlos con información, sino para involucrarlos y comprometerlos en la lucha contra la drogadicción, para ir al rescate de sus amigos y compañeros de estudio, vecinos y parientes, y formar parte del mencionado programa, “Diez mil líderes para la Vida o para el Cambio”, como se lo llamaba alternativamente.

Finalmente, bajo la dirección inspiradora e inteligente del Dr. Yaría, el programa se enfrentó al *macrosistema* y apostó todos sus recursos a la prevención. Prestigiosos intelectuales, como el fallecido y muy recordado Dr. Jaime Barylko, filósofo y educador, autor de innumerables libros sobre las relaciones humanas, fueron convocados, para participar en mesas redondas y conferencias masivas, para recorrer la provincia y para escribir artículos en los diarios y también para ser entrevistados en programas de radio y televisión.

Como editor científico del periódico *Perspectivas Sistémicas*, contribuí publicando dos números especiales (Des Champs, 1997, 1998) en la publicación que dirigí durante 19 años, que fueron consagrados a las redes sociales (1997) y al pensamiento complejo (1998), aplicados a la toxicomanía.

Las tiradas fueron de diez y quince mil ejemplares respectivamente, y fueron distribuidos gratuitamente a miles de profesionales de la salud, tanto los ligados a la Secretaría como a muchos colegas del campo de la terapia familiar, a los voluntarios y a las instituciones educativas y a los centros preventivo asistenciales del programa de prevención de la drogodependencia.

La complejidad empírica, la presencia de variables aleatorias, fueron afrontadas con gran energía, con una actitud determinada y sobre todo con una estrategia inteligente que tuvo en cuenta, desde el comienzo, la complejidad de las variables en juego y por ello aplicó un programa de múltiple impacto, interviniendo simultáneamente en los niveles micro, meso, exo y macrosistémicos y dispuso de una organización a la medida del enorme desafío que significaba la provincia de Buenos Aires, superpoblada, con barrios marginales muy desfavorecidos, villas miserias, sin agua corriente ni electricidad.

Evitamos, por lo tanto, la estrategia demagógica, muy utilizada por los partidos políticos para el llamado “clientelismo” político, disfrazado de un asistencialismo que alimenta la dependencia, favoreciendo el circuito homeostático de la limosna-caridad, de ayudadores y ayudados. Más bien, se alentaron y apoyaron iniciativas, la proactividad, el re aprendizaje del cooperativismo, de la ayuda mutua, de la puesta en práctica de la actitud y del espíritu que les recordaba que *juntos es más fácil, que juntos es posible, que unidos y capacitados podemos más y mejor.*

De alguna manera, buscamos reavivar el espíritu barrial comunitario propio de la tradición y de los valores que caracterizaron a Argentina, desde la época de los inmigrantes europeos que construyeron esta Nación.

5. Aprendizaje, cibernética, comunicación y su relación con la ética relacional

Recordemos que aprender significa, en términos cibernéticos, que un sistema es capaz de modificar su comportamiento y, eventualmente, su modo de organización interna, en función del análisis de los resultados de su acción.

La información no es un dato estable sino un proceso. La información es el nombre del contenido de nuestro intercambio con el mundo exterior, mientras que nos adaptamos a este y, recíprocamente, lo influimos con nuestro proceso adaptativo.

Para Norbert Winner (1993), padre de la cibernética, *“la comunicación es el cimiento de la sociedad y aquellos cuyo trabajo consiste en mantener libres las vías de comunicación, son aquellos mismos de los cuales depende, la perennidad o bien la caída de nuestra civilización”*.

Y, por supuesto, someter a las vías de comunicación a la única ley del lucro, como ocurre frecuentemente, equivale lisa y llanamente, a la mutilación y al estrangulamiento de las mismas. Precisamente, en la cuestión de la prevención de las adicciones, nos enfrentábamos en aquel momento (y hoy más que nunca) con la publicidad de bebidas alcohólicas y cigarrillos, e imágenes y mensajes que claramente inducen a creer que consumir una determinada bebida alcohólica o fumar una determinada marca de cigarrillos genera amigos, o la posibilidad de encuentros “divertidos”, o eróticos, y lleva a tener éxito y ser admirado por los congéneres. Incluso a gozar de buena salud. Recuerdo uno entre muchos hechos protagonizados por gerentes de marketing y conductores de programas de publicidad, durante la emisión de un programa televisivo, un representante de una reconocida marca de cerveza afirmó con toda seriedad (y una muy buena dosis de cinismo e hipocresía) en una entrevista, que ellos, los que producían y vendían la bebida en cuestión, no vendían alcohol a los jóvenes, ni siquiera cerveza, sino “valores”.

Y por supuesto pasó a enumerarlos (faltaba más: afecto, amor por el prójimo, y cosas por el estilo. Lo hizo con total desparpajo, mientras el entrevistador asentía como si asistiera al sermón de la montaña y el gerente fuese la reencarnación del propio Moisés. Recordemos al pasar que las mayores donaciones a los centros de investigación de cáncer de pulmón son realizadas por las grandes empresas tabacaleras. Y en el ámbito local, la

marca de cerveza que penetró, infestó y banalizó la ingesta sin límites de alcohol entre los jóvenes –y entre los no tan jóvenes también – (cuyos accidentes mortales de tránsito son en general por conducir en estado de ebriedad), es la misma empresa que auspició un programa de charlas, contratando a un reconocido profesional de la salud que lamentablemente aceptó la propuesta, para hablar sobre los estragos del exceso de ingesta alcohólica y como aprender a beber “con moderación”.

En realidad, lo cierto es que, bajo las imágenes mentales de la amistad y el encuentro afectivo, se miente cínicamente y se utilizan necesidades psicológicas del ser humano tan vitales como los lazos afectivos para promover las bebidas alcohólicas y la adicción al cigarrillo. Las drogas como la marihuana, a pesar de los irrefutables estudios sobre el daño neurológico y los efectos cancerígenos y esterilizantes que causan, cuentan, hoy en día, con buena prensa, con publicaciones que promueven su uso con el mismo cinismo de los otros productos altamente dañinos para la salud del ser humano.

Parecería que no se discute cómo evitar el consumo de sustancias terriblemente dañinas como las pastillas que se venden en los festivales de música “tecno”, sino si se despenaliza o no el consumo de esta o aquella droga. Uno sospecharía que, intencionalmente y/o ingenuamente, la discusión es llevada a un contexto conversacional que elude la peligrosidad y la prevención del consumo. Lamentablemente muchos adultos, me refiero específicamente a los padres de estas “sociedades de hijos huérfanos” –título del libro y tema desarrollado por el escritor Sergio Sinay (2007)–, han tirado la toalla, o porque consumen (incluso en algunos casos han iniciado a sus hijos en el uso “seguro” de estas sustancias tóxicas, como algún padre que le ofrece el primer cigarrillo a su hijo como una iniciación ritual al mundo adulto), o porque quieren evitar conflictos, o no quieren sentirse “viejos”, o porque no saben (o temen) o no tienen tiempo de hablarles a sus hijos. También son muy frecuentes explicaciones tan patéticas expresadas por adultos del tipo: “al fin y al cabo todos lo hacen”, propio del lenguaje adolescente.

Por todo esto, nuestras intervenciones en aquellos años se asemejaban a la acción predicadora de los teleevangelistas mediáticos. En muchos casos, las conferencias o

jornadas con públicos muy numerosos y heterogéneos se transmitían por teleconferencia simultáneamente a miles de telespectadores de toda la provincia de Buenos Aires y a muchos lugares del interior de la Argentina. Nuestra intervención sobre el macrosistema, además de informar y alertar sobre la droga y las adicciones en general, enfatizaba sobre los recursos de la familia, sobre la importancia de la acción mancomunada de padres, educadores, representantes de los distintos cultos religiosos (quienes eran frecuentemente convocados como oradores a las mesas redondas), conductores de medios de comunicación y profesionales de la salud.

Naturalmente, proponíamos acciones concretas y, también, en mi caso en particular, aprovechaba cada encuentro para preguntar qué es lo que ya estaban haciendo al respecto, cuestión de despertar y activar por emulación e imitación, por contagio emocional, por el fenómeno del *wi fi* neurológico, por la comunicación inalámbrica cerebro a cerebro de la que da cuenta Daniel Goleman en su última obra, *Inteligencia Social*, (2006), los aspectos resilientes de la población en cuestión.

6. “Ayúdate y el Cielo te ayudará” o “A Dios rogando y con el mazo dando”:

De las abrumadoras y deprimentes estadísticas a la catalización de recursos, aspectos resilientes y a la potenciación de las emociones, de las creencias positivas y de las consecuentes acciones proactivas generadoras de cambios

Luego de haber asistido como espectador y a alguna primera charla como orador, en particular en reuniones con público no profesional, observé que los expertos invitados solían, en general, con honrosas excepciones, abundar en datos específicos sobre las sustancias tóxicas, y sobre todo en las abrumadoras y deprimentes cifras y porcentajes estadísticos sobre el avance del consumo de drogas. Lo que al principio y en su justa medida cumplía la misión de informar y tener una idea más precisa sobre algunos efectos y aspectos del uso de estupefacientes, y sobre la dimensión y gravedad del problema que se afrontaba, terminaba generando una sensación de impotencia que se palpaba en el aire y se percibía en la postura corporal y expresión general de la mayoría de los asistentes.

El lenguaje no verbal, expresado en el intercambio de miradas, y el verbal, en los intercambios en voz baja entre los espectadores, podía leerse claramente como: “y nosotros, frente a todo esto ¡qué podemos hacer!”. Por ello, en una segunda y masiva reunión, observando este cuadro de situación desde la mesa de expositores y luego de escuchar a los oradores que me precedieron con las consabidas estadísticas y los detalles de los “daños neurológicos irreparables de ciertas sustancias tóxicas”, decidí implementar una estrategia comunicacional diferente.

Si quería generar un efecto diferente, esperanzador, generador de acción proactiva, de respuestas resilientes y de actitudes positivas frente al desafío de las adicciones, debía hacer algo diferente. Con mucho cuidado y respeto hacia los profesionales que me precedieron en la palabra, al más puro estilo del recientemente fallecido maestro noruego, Tom Andersen (1991; 1994), con la actitud de los equipos reflexivos, hablando en primera persona dije algo así como: “ *no sé cómo se sienten ustedes con todas estas cifras y datos, a mí me abrumba bastante y lo siento aquí* (diciendo esto último me señalé la zona del tórax)”.

Percibí una mirada empática, un murmullo de aprobación y señales de asentimiento y, por lo tanto, continué con el contenido y con el tono, estableciendo contacto visual y preguntándoles ahora directamente a los asistentes cómo se sentían. Algunos contestaron que se sentían como yo y otros, coincidiendo, se animaron a preguntar, ya que yo había propuesto un diálogo más que una exposición, qué podían hacer al respecto. Yo les contesté que había mucho por hacer, pero seguro que ya estaban haciendo mucho al respecto y que me interesaba enormemente saber al respecto.

Pero antes, propuse hacer una pausa para estirarnos un poco, relajarnos en los asientos, respirar hondo varias veces y sacarnos esta sensación de peso en el pecho. No llegó a ser un ejercicio de relajación, y mucho menos de visualización como en otras ocasiones –las cuales comentaré más adelante–, pero sirvió para distendernos. Pregunté si se sentían un poco mejor, me contestaron que sí y entonces procedí a generar “conciencia de red”, a estimular resiliencia y a generar emociones positivas que disparan una

disposición a la acción y rompen con la inercia y el derrotismo. Retomé la pregunta de qué estaban haciendo al respecto, diciéndoles que seguro que algo estarían haciendo, en sus casas, barrios o parroquias.

Como pasa en estos casos, alguna persona empieza a comentar algo, alguna acción, y otro dice: “Yo también hice algo parecido o lo mismo” y yo lo connoto positivamente con la palabra y con el gesto y los animo a seguir. Entonces alguien dice: *“Nosotras, las madres nos pusimos de acuerdo para que nadie le compre al quiosquero de la esquina porque sabemos que vende drogas”* y apenas escucho lo de “nosotras”, me levanto de la silla para preguntar el nombre de la señora que está contando lo del quiosquero y digo: *“Escuchen, por favor, porque esto es muy importante”*. Se hace un silencio y le pregunto a la señora, llamándola por su nombre: *“A ver si entendí bien, María, así que ustedes se juntaron (y enfatizo mucho la palabra juntarse) y se pusieron de acuerdo para no comprarle al quiosquero porque vende droga”*.

En ese momento el murmullo se hizo más fuerte y otras voces empezaron a decir: *“Nosotros también nos juntamos e hicimos tal cual cosa, cansados de hacer denuncias a la policía y que esta no actuara o que al tiempo todo volviera a ser como al principio”*. Y así continuaba con las preguntas, enfatizando mucho en todo lo que fuera acción mancomunada, trabajo de equipo, reuniones espontáneas que generaron acciones correctivas con resultados positivos.

En poco tiempo, alrededor de seiscientas personas intercambiaban experiencias con entusiasmo. En estos casos aprovechaba la ocasión para felicitarlos y estimularlos, para explicarles que este tipo de acciones, aún más si son organizadas y constantes, generan estadísticamente un descenso del consumo, y les recordaba que los lazos humanos y la comunicación cara a cara seguía siendo la mejor intervención preventiva para combatir cualquier problema de salud física o mental y mucho más cuando se trataba de cuestiones que involucraban a toda la población.

El contagio emocional, la Terapia Centrada en las Soluciones, del terapeuta familiar, Steve De Shazer (1982; 1996, 1999) y la reconstrucción del tejido social se

convierten en acciones efectivas y poderosas frente a un problema tan complejo como el de las adicciones.

Tanto en aquellos años, como miembro de aquel equipo de salud, como en la actualidad, en todo ámbito en el cual desempeño mi tarea profesional, como docente, expositor, supervisor o psicoterapeuta, y naturalmente también en mi consultorio particular, conservo el hábito de ocuparme de ayudar al consultante individual, parejas, familias, institución o cualquier otro sistema consultante, de recrear, reparar, restablecer y renovar si es necesario, los eslabones, la trama de los lazos familiares y/o de las amistades, y/o de las instituciones de su entorno social.

En el tema de la drogodependencia esta cuestión resulta decisiva y predice, casi infaliblemente, el éxito o el fracaso. Es lo que posibilita la difícil abstinencia, la sustentabilidad del cambio y el camino hacia la salud. De hecho, durante los años que permaneció tejida y funcionando a pleno esta red de servicios preventivo asistenciales, disminuyó notoriamente el consumo.

7. Visualizaciones al servicio del cambio de visión:

“En el hombre, la reorganización del acontecimiento a través de las imágenes y las palabras agrega una posibilidad de hacer un trabajo de liberación...”

(Cyrułnik, 2007)

En todas estas situaciones anteriormente descriptas, y en muchas otras semejantes, con más o menos público y frente a este efecto dominó de pedidos de herramientas conceptuales y prácticas para enfrentar estos múltiples desafíos, comencé a transmitir los rudimentos básicos de la pragmática de la comunicación humana y de ciertos aspectos de las terapias breves estratégicas, del modelo del Mental Research Institute de Palo Alto.

Pero sobre todo transmití la creencia y el concepto de trabajar con los recursos de las personas, enseñándoles en puestas en acto propias del modelo estructural de Minuchin,

combinadas con lo que denomino la micro técnica ericksoniana, el “sembrado” que preconizaba Milton Erickson, durante las clases, conferencias, talleres, o mesas redondas y en todo tipo de encuentro, a unir los esfuerzos, a autoasistirse, a contar con el otro, el vecino, el maestro, el cura o quién fuere, para actuar cooperativamente y de manera interdisciplinaria entre los profesionales de la salud, a unirse en el esfuerzo para compartir experiencias que aisladamente les habían dado alguna satisfacción y con las cuales habían logrado algún resultado, pero que no llegaron a sistematizar ni a transformar en relatos resilientes, en historias que vuelven a tejer la trama desgarrada de los individuos afectados, haciéndolos sentir parte de entramados con otros seres humanos con un propósito en común, como predica incansablemente uno de los precursores en el campo de la resiliencia, el psiquiatra francés, Boris Cyrulnik (2007) y todos los pioneros del trabajo y del concepto de redes del campo de la terapia familiar sistémica.

Muchas veces, tanto como caldeamiento inicial o como cierre de estos encuentros, utilicé la técnica de visualización. Apliqué, además de mis conocimientos específicos en el tema, el concepto de “bola de cristal” de Milton Erickson (1954), que consiste en la orientación hacia el futuro que genera la visión y la sensación de que el cambio es posible porque, como bien sabemos, todo cambio comienza en el momento que nos imaginamos y *vemos* que puede alcanzarse el estado deseado, la escena diferente, la pregunta del “milagro” en términos de De Shazer (1982, 1996; 1994, 1999), del problema solucionado o de la situación netamente mejorada.

En las visualizaciones les proponía generalmente, a los participantes, contactarse con experiencias transformadoras, donde se veían primero en la situación actual, viviendo e incluso padeciendo pasivamente los temas que los preocupaban, para luego ir llevándolos, gradualmente, a recurrir imaginariamente a recursos internos, hasta culminar en la transformación de la situación – problema actual. Estas experiencias generaban, en primer lugar, alivio y cierta alegría y entusiasmo, una sensación de esperanza.

En segundo lugar, cuando animados por mí algunos compartían sus vivencias, sus ideas o alguna estrategia concreta que se les había ocurrido durante el ejercicio, se generaba lo que denomino la irradiación del beneficio, la percepción de que si otros pueden yo

también podría, el deseo de emular, la posibilidad de unirme con aquel que necesita mi participación (y recíprocamente) para llevar a cabo la estrategia de cambio y así, como un eco que reverbera, de resonancia en resonancia, la piedra lanzada en el agua genera círculos concéntricos cada vez más amplios, cada vez más nítidos, cada vez más “reales”.

Y aún más, cuando yo les preguntaba detalles de cómo iban a realizar aquello que produciría el cambio, describían escenas de acción que son las imágenes que quedan más fijas en la memoria de los oyentes, hasta el punto de convertirse, en muchos casos, en recuerdos de los cuales nos apropiamos como si nosotros lo hubiésemos vividos, como si nos pertenecieran.

De hecho, esto es lo que termina sucediendo, de una u otra manera, hacemos nuestros estos recuerdos, los cuales modifican nuestra memoria y los hechos cobran nuevos sentidos, reformulan nuestro significados y se convierten en relatos significativos, más optimistas, sobre nosotros y nuestras circunstancias y, por lo tanto, reforman aspectos referidos a nuestra propia imagen, a nuestra identidad.

En suma, empoderan nuestro presente y resignifican nuestro pasado generando, en consecuencia, un visión prospectiva esperanzada, aumentado nuestra confianza en nuestra capacidad para afrontar y superar la adversidad, e incluso para hacer de esta una experiencia de aprendizaje e incorporarla a nuestro bagaje personal y utilizarla para un desarrollo positivo que incluye, por supuesto, un futuro grávido de pequeños y tal vez también, grandes proyectos.

8. Neuronas espejo y la fuerza narrativa: la empatía y las conversaciones colaborativas

“...Los datos neurológicos nos hacen enfocar la cuestión de un modo diferente: la sensación de ser feliz o desdichado depende probablemente de la connotación afectiva que le atribuya nuestro aparato de percibir el mundo” (Cyrulnik, 2007).

En 1990 y luego en 1996, con más énfasis, el equipo de neurocientíficos dirigido por el profesor Giacomo Rizzolatti, en la universidad de Parma (Italia), estaba estudiando el

cerebro de los monos cuando descubrió un curioso grupo o sistema de neuronas. Estas células cerebrales no solo se *encendían* cuando el animal ejecutaba ciertos movimientos sino que, simplemente con contemplar a otros hacerlo, también se activaban. Se les llamó *neuronas espejo o especulares*.

En un principio se pensó que simplemente se trataba de un sistema de *imitación*. Sin embargo, los múltiples trabajos que se han hecho desde su descubrimiento, uno de ellos publicado en la prestigiosa revista Science (1997), indican que las implicaciones trascienden, y mucho, el campo de la neurofisiología pura. El sistema de espejo permite hacer propias las acciones, sensaciones y emociones de los demás. O sea que las neuronas espejo explican, por ejemplo, la imitación. ¿Cómo podemos imitar? Cuando se observa una acción hecha por otra persona se codifica en términos visuales, y hay que hacerlo en términos motores. Antes no estaba claro cómo se transfería la información visual en movimiento.

Otra cuestión muy importante es la comprensión. No solo se entiende a otra persona de forma superficial, sino que se puede comprender hasta lo que piensa. El sistema de espejo hace precisamente eso, te pone en el lugar del otro. La base de nuestro comportamiento social es que exista la capacidad de tener empatía e imaginar lo que el otro está pensando. Rizzolatti (1998, 2005) afirma que el mensaje más importante de las neuronas espejo es que demuestran que verdaderamente somos seres sociales. La sociedad, la familia y la comunidad son valores realmente innatos. Ahora, nuestra sociedad intenta negarlo y por eso los jóvenes están tan descontentos, porque no crean lazos.

Ocurre algo similar con la imitación, en Occidente está muy mal vista y sin embargo es la base de la cultura. Se dice: "*No imites, tienes que ser original*", pero es un error. Primero tienes que imitar y después puedes ser original.

Estas neuronas se activan incluso cuando no ves la acción, cuando hay una representación mental. Su puesta en marcha se corresponde con las ideas. La parte más importante de las neuronas espejo es que es un sistema que resuena. El ser humano está

concebido para estar en contacto, para reaccionar ante los otros. Yo creo que cuando la gente dice que no es feliz y que no sabe la razón es porque no tiene contacto social.

Ahondando en este aspecto, el neuropsiquiatra Boris Cyrulnik, agrega al respecto: “podemos considerar que el punto de partida del proceso empático se desencadena en virtud del fenómeno de las neuronas espejo. En la base frontal ascendente de la corteza de los monos, se activa un grupo de neuronas motoras cuando el mono realiza una acción con su brazo opuesto o con la boca.

Se descubrió que el mono que está mirando al mono que está realizando una acción determinada, activa exactamente la misma zona de neuronas. La resonancia comienza desde la primera interacción biológica, como si el mono dijera: “cuando veo a un congénere agarrar una banana, lo que hace me interesa tanto que mi cerebro se prepara para realizar la misma acción.” Antes de manifestarse en un gesto o comportamiento, la imitación es neurobiológica.

Más tarde la resonancia será histórica, como si la madre dijera: *‘cuando veo a mi hijo comportarse así, me acuerdo como a su edad era yo’*. El comportamiento con que la madre responde al hijo y lo envuelve sensorialmente tiene su origen en su propia historia con su madre. “*En realidad, se trata más de relatos espejo que de neuronas espejo (Cyrulnik, 2007)*”.

Conectando el descubrimiento de Rizzolatti y su equipo(1990, 1996) con los estudios de Cyrulnik, tenemos un sólido fundamento neurocientífico tanto para la potencia de las técnicas de visualización (mucho más cuando se realizan en grupos o públicos numerosos) como para las intervenciones que generan conversaciones colaborativas, derivadas del enfoque conversacional de Harlen Anderson y Harry Goolishian (1992), en la que el contagio emocional (Goleman, 2007), la cuestión de la empatía y el surgimiento de las llamadas emociones positivas (Fredrickson, 2001), como la gratificación de ser útiles al prójimo, de brindar mis ideas para que otros las utilicen y poder agradecer cara a cara el compartir abierto de mis semejantes en un marco de escucha cordial y respetuosa y de intercambio simétrico, crean un clima altamente propicio que moviliza para el cambio.

Por todo esto, en mi opinión, los comentarios verbales y escritos que seguían a estas reuniones, inéditas en el marco de la Secretaría, eran de alivio y esperanza, ya que, en muchos casos, aprendían nuevas estrategias aplicables a las situaciones que hasta ese momento no les encontraban solución.

Por otra parte, resultaba muy terapéutico, tanto para los grupos profesionales de la salud como para los educadores, voluntarios no profesionales y padres o familiares de jóvenes adictos, o sea para el conjunto de los operadores de la red preventiva-asistencial de la Secretaría, ya que tenían la posibilidad de comentar y compartir en grupo las dificultades, temores y frustraciones de la ardua tarea que emprendían cotidianamente, en muchos casos en contextos paupérrimos, provistos de escasas herramientas técnicas y sobrecargados de responsabilidades.

Esta modalidad de diálogo abierto, no competitivo, que fui proponiendo junto a otros colegas sistémicos, remedaba el estilo y saludable efecto de aquellos pioneros grupos Balint, hoy más necesarios que nunca en el campo de los profesionales de la salud por el conocido y muy estudiado desgaste profesional o “*burn out*”.

Los operadores no profesionales y los asistentes sociales utilizaban muy rápidamente las herramientas técnicas que les proveían, ponían en práctica lo aprendido en entrevistas simuladas en sus lugares de trabajo, en sus barrios, parroquias, clubes y hogares y comentaban, inmediatamente y con mucho agradecimiento, los progresos obtenidos, generando emulación, alegría y esperanza y creando circuitos de retroalimentación virtuosos, en lugar del “más de lo mismo” de los circuitos homeostáticos de soluciones intentadas mantenedoras y agravadoras del problema.

No sucedía lo mismo con los psicoterapeutas, en particular con un buen porcentaje de los psicólogos. Estos últimos tardaban mucho más en poner en práctica estas estrategias y técnicas, cuestionaban la epistemología sistémica y se mostraban reacios a aplicar los conceptos y las intervenciones que les proponíamos.

Esto se debía, a lo que los autores de “Psicoterapia de Casos Imposibles”, los terapeutas familiares e investigadores en psicoterapia, Barry Duncan, Mark Hubble y Scott Miller (2003) llaman “la contra transferencia de la teoría del terapeuta”. Por ello se refieren al mapa teórico o grilla explicativa de la mayoría de los psicoterapeutas, formados en este caso, en general, en la teoría y práctica psicoanalítica, lo cual se convertía en un obstáculo epistemológico y sobre todo práctico que les impedía o dificultaba pensar y actuar sistémicamente llevándolos a lo que los mencionados autores denominan “las vías hacia la imposibilidad”, ligadas más a la teoría del terapeuta que a la dificultad y a los recursos y posibilidades de cambio del consultante o consultantes en cuestión.

En efecto, concebimos el cambio entendido como un tipo de aprendizaje que genera modificaciones en el conjunto de reglas que rigen la estructura u orden interno de un sistema, lo cual constituye el hilo conductor de la psicoterapia sistémica. Esta concepción del cambio implica conceptos y técnicas psicoterapéuticas diversas cuya esencia es: emplear los valores del consultante; construir una relación de cooperación que constituirá, bajo la denominación actual de alianza terapéutica, la base de sustentación de toda psicoterapia exitosa; considerar que “el problema *es* el paciente” (y la solución también) y que la singularidad de las intervenciones estará basada en la teoría del cambio de cada consultante en particular, teniendo en cuenta su motivación personal y, particularmente, el modo de concebir el cambio que este tenga, así se trate de un individuo, de una pareja, una familia, una institución o una organización” (Des Champs, 2007).

9. Reflexiones finales: pragmática de la comunicación humana y Psicología Positiva

“¿Cree que su pasado determina su futuro? No se trata de una pregunta filosófica superficial. Según en qué medida consideremos que el pasado determina el futuro tenderemos o no a ser un navío pasivo, incapaz de cambiar de trayecto de forma activa. Tales creencias son las culpables de la extrema inercia de muchas personas” (Seligman, 2002, 2005)

Participé de una rica y compleja experiencia, que me llevó a salir del ámbito de mi consultorio particular, que por ejemplo me hizo viajar alrededor de ochocientos kilómetros

en una fría madrugada para estar volviendo el mismo día, luego de haber dado un taller en una ciudad de la provincia de Buenos Aires y haber compartido ideas y sentimientos con los operadores locales. Que me desafió a realizar visualizaciones con quinientas personas o más, a escuchar la angustia de los operadores, de los familiares, visitar lugares de internación, conversar con expertos en adicciones y difundir una epistemología y una práctica a todo tipo de público y, simultáneamente, a transmitir valores para la salud de todas las formas y medios imaginables.

En este recorrido, comprobé que las intervenciones tradicionales no alcanzan en cuestiones de esta envergadura, que lo primero es armonizar el trabajo de los profesionales pertenecientes a distintas disciplinas con el esfuerzo voluntario coordinado de la población afectada, para potenciar sus autorecursos y no interferir en sus propias soluciones cuando estas se ponen en marcha. También que es importante ir creando y mejorando sobre la marcha métodos de intervención inéditos y comprobar rápidamente su eficacia, diseñando y aplicando permanentemente procedimientos de evaluación inmediata de los mismos y luego seguir sus efectos en el mediano y largo plazo.

Por último, en relación al campo de la pragmática de la comunicación, estas amplísimas redes de prevención y asistencia de la salud necesitan combatir la entropía comunicacional que se produce continuamente en las emisiones de mensajes, en el mecanismo de retroalimentación de las interacciones y en la confusión y malos entendidos propios de las conversaciones y del lenguaje humano, donde lo que yo digo tiene que ver conmigo más que con el otro y lo que el otro entiende de lo que yo digo, tiene que ver más con el otro que conmigo como suele afirmar el neurocientífico y pensador chileno, Humberto Maturana.

Por ello puedo afirmar que en mi experiencia es muy beneficioso el efecto de los talleres de comunicación, centrados en el aprendizaje del diálogo y por lo tanto de la verdadera escucha y de la metacomunicación, esto de comunicar sobre la comunicación, cuestión de aclarar permanentemente lo que está sucediendo en los complejos intercambios lingüísticos que llamamos conversaciones y conjuntamente el trabajo sobre la inteligencia emocional y social, muy conectada una con otra, ya que la expresión y manejo adecuado de

las emociones en los encuentros interpersonales con nuestros semejantes, resulta decisivo y mucha veces es determinante en el curso que toman los acontecimientos.

Finalizando, citaré la propuesta de Martin Seligman, Mihaly Csikszentmihalyi y otros (2002, 2005), muy tenida en cuenta en mi participación en la Secretaría, más allá que todavía no se había inventado el término (o de hecho sí pero aún no era conocido en Argentina ni en el mundo en general): me refiero a la Psicología Positiva y sus aportes en estos últimos quince años, desde el optimismo aprendido hasta la actual Psicoterapia Positiva, bajo el paraguas del cual se están amparando todas las psicoterapias actuales, incluso las psicoanalíticas que están adoptando velozmente el término. Esta dice, en pocas palabras, que: “de hecho, los mayores progresos en prevención han venido de perspectivas centradas en la construcción sistemática de competencias (Seligman y otros, 2000). En este sentido, se ha demostrado que existen fortalezas humanas que actúan como amortiguadoras contra el trastorno mental y parece existir suficiente evidencia empírica para afirmar que determinadas características positivas y fortalezas humanas, como el optimismo, la esperanza, la perseverancia o el valor, entre otras, actúan como barreras contra dichos trastornos”.

O sea, que predica, con evidencia empírica creciente, lo que los pioneros de la psicoterapia sistémica y Víctor Frankl y los “logoterapeutas”, sumado a los recientes aportes del concepto de resiliencia, sostuvieron siempre: trabajar con las fortalezas abrevia los tiempos de psicoterapia y ningún pasado determina el presente.

Despidámonos entonces lector/a, con estas palabras de Víctor Frankl:

“No apuntes al éxito –más lo buscas, mayor corres el riesgo de no obtenerlo. No se puede perseguir el éxito, así como tampoco la felicidad; es algo que debería ocurrir, sobrevenir como consecuencia, como resultado o efecto no buscado de un compromiso personal con un proyecto que trascienda nuestra propia persona...”

En mi modesta participación en la labor de la Secretaría, compartida junto a muchos prestigiosos colegas del campo de la salud mental y de las ciencias sociales y esforzados

voluntarios de todas las localidades involucradas, durante los diecinueve años que dirigí la revista *Perspectivas Sistémicas*, y muchas veces en función docente y, claro está, en familia y en ámbitos de meditación o espiritualidad práctica, he tenido y tengo la sensación, como ahora, escribiendo este testimonio reflexivo, de estar trascendiendo mi propia persona, lo cual efectivamente me produce una cierta cuota de felicidad tranquila, me hace sentirme enlazado con otros seres humanos que disfrutaban trabajando día a día, a veces más animados, a veces menos, por una mejor calidad de vida relacional, por una ecología humana menos contaminada y más solidaria y como parte del mismo tejido humano.

Artículo recibido en: marzo 2010

Manejado por: Editor en Jefe- IICC

Aceptado en: Junio 2010

REFERENCIAS

1. Andersen, T. (1991), *The Reflection Team. Dialogues and Dialogues about Dialogues*, Norton, Nueva York, trad. cast.: *El Equipo Reflexivo* (1994), Gedisa, Barcelona.
2. Andersen, H. y Goolishian, H. (1988), Human Systems as linguistic systems, *Family Process*, nº 27, 1988, págs. 3-12.
3. Anderson, H y Goolishian, H. (1992), “The client is the expert: a no-knowing approach to therapy”, en McNamee, S. y Gergen, K. G. (comps.), *Therapy as social Construction*,
4. Londres, Sage, págs. 25-39, trad. cast.: *La Terapia como Construcción Social*, 1996, Barcelona, Paidós.

5. Bronfenbrenner, U. (1989), "Ecological systems theory", en Vasta, R. (comp.), *Annals of child development*, vol. 6, Greenwich, CT, JAI Press.
6. Cyrulnik, B. (2007), *De cuerpo y alma*, Barcelona, Gedisa, pág. 152-153.
7. Des Champs, C. (2006), "Pathologie de la Famille et Interventions Thérapeutiques dans un Environnement Démocratique: quels effets?", págs. 44-48. Publicación de la conferencia pronunciada en el marco de la 53 Conferencia Internacional, 7 al 10 de junio de 2006, Lyon, Francia, de la Comisión Internacional de Relaciones de la Pareja y de la Familia (International Commission On Couple and Family Relations).
8. Des Champs, C. (2007), "Intervenciones sistémicas, de intervenciones a invenciones", en *Terapia Familiar Desde Iberoamérica*, Ceberio, Linares, Medina (comps.), Buenos Aires, Tres Haches.
9. Des Champs, C. (editor) (1997), Las redes sociales: hacia la reconstrucción de la comunidad, *Perspectivas Sistémicas*, 9 N° Especial.
10. Des Champs, C. (editor) (1998), Complejidad y drogadependencia, *Perspectivas Sistémicas*, 11 N° Especial II.
11. De Shazer, S. (1982), "Patterns of Brief Family Therapy, New York, Guildford; *Pautas de terapia familiar breve: Un enfoque ecosistémico*, Paidós Ibérica, Barcelona, 1996.
12. De Shazer, S. (1999), *En un origen las palabras eran magia*, Barcelona, Gedisa.
13. Duncan, B.; Hubble, M. y Millar, S. (2003), *Psicoterapia de casos imposibles*, Barcelona, Paidós.
14. Erickson, M. (1954), Pseudo-Orientation in time as a Hypnotic Procedure, *Journal clinical experiencial. Hypnosis*, 2, 261-283; Collected papers, Nueva York, Irvington, 1980.

15. Fredrikson, B. (2001), The Role of positive emotions in positive psychology: the broaden – and- build theory of positive emotions, *American Psychologist*, 56, 218-226.
16. Gergen, K. J. (1999), *An Invitation to Social Construction*, Londres, Sage.
17. Goleman, D. (2006), *Inteligencia social*, México, Planeta.
18. Merlo Flores, T. (2008), ¿Cómo se ve TV. en familia?, publicación de Investigación en Medios [inédito].
19. Morin, E. y Nair, S. (1997), *Une Politique de Civilisation*, París, Arlea.
20. Rizzolatti, G.; Fogassi V. y Gallese, V. (1997), The space aroundus, *Science*, 277.
21. Rizzolatti, G. y Sinigaglia, C. (2008), *Les Neurones Miroirs*, París, Odile Jacob.
22. Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000), Positive Psychology: An Introduction *American Psychologist*, 55, 5-14, Edición especial.
23. Seligman, M. (2007), *La Auténtica Felicidad*, Barcelona, Ediciones B.
24. Sinay, S.(2007), *La sociedad de los hijos huérfanos. Cuando padres y madres abandonan sus responsabilidades y funciones*, Buenos Aires, Ediciones B.
25. Winner, N., citado por Breton Philippe, Proulx Serge (1993), en L'Explosion de la Communication, La naissance d' une nouvelle idéologie, pág. 263, Sciences et Societé, La Découverte/ Boréal, París, Montreal.