

DE LA PREVENCIÓN Y LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL

José Jair Murcia Cumbe

PSICÓLOGO, COORDINADOR LÍNEA 106, SECRETARÍA DISTRITAL DE SALUD

“El hombre es el único que no sólo es tal como él se concibe, sino tal como él se quiere y como se concibe después de su existencia, como se quiere después de este impulso hacia la existencia, el hombre no es otra cosa que lo que él se hace... queremos decir que el hombre comienza por existir, es decir que empieza por ser algo que se lanza hacia un porvenir, y que es consciente de proyectarse hacia el porvenir. El hombre es, ante todo, un proyecto...”

JEAN PAUL SARTRE, 1983

Se introduce este artículo con esta propuesta de J.P. Sartre, reeditada en innumerables ocasiones, la cual resalta el hecho de que el hombre es el único responsable de su vida y como tal, gestor de lo que la sociedad presente y futura sea.

Lo anterior significa que la sociedad determina la forma como se desarrolla el proyecto de vida de sus integrantes, y por intermedio de ellos la sociedad misma. Pero para que pueda existir esta dinámica se hace necesario que exista un marco de referencia, que para el caso de los estados de derecho como Colombia lo es su Constitución Política, como lo deja ver el preámbulo de la Carta Magna de 1991:

“con el fin de fortalecer la unidad de la Nación y asegurar a sus integrantes la vida, la convivencia, el trabajo, la justicia, la igualdad, el conocimiento, la libertad y la paz”.

(Constitución Política 1991)

Todo ello en aras de conseguir un orden político, económico y social justo, en el cual se pueda llevar a feliz término la construcción de la comunidad, sustentada en una plena expresión de la individualidad.

El nuevo estilo de concepción del Estado hace necesaria, por parte de todos y cada uno de los ciudadanos, una mayor responsabilidad (Constitución Política, 1991). Sin embargo, esta responsabilidad no se adquiere sólo con el paso del tiempo y con las buenas intenciones de la Carta Política, sino que debe ser construida por la educación.

La importancia de asumir dicha responsabilidad como compartida (entre Estado y sociedad) está en que la sociedad no se construye sobre conceptos abstractos y deductivos, surgidos al margen del desarrollo histórico de la sociedad, sino que se crea desde la práctica de quienes la conforman. Así, son los diversos protagonistas los responsables de llevar a la cotidianidad los conceptos de tolerancia, democracia, respeto por el otro y el de salud, sobre los cuales se sustenta la existencia del Estado.

Bajo este esquema la educación no es sólo una introyección de conceptos técnicos y científicos en las diversas áreas del saber (Ley 115 de 1994) sino que debe ser asumida como la *formación integral del individuo*, como responsable del desarrollo de la sociedad. Por ello, la posibilidad de educar a cada nuevo ciudadano

recae en todos los ciudadanos, profesores (as), alumnos (as), egresados (as), personal administrativo, padres y madres de familia, hermanos (as), amigos (as). Esta contribución es dada desde una simple conversación hasta una conferencia formal, pasando por las múltiples contingencias o el ejemplo diario.

Vista así, la educación se convierte en el eje del desarrollo de un país, pues lo que los nuevos patrones de medición de la producción cuantifican es el ingenio y la creatividad, y no el desplazamiento de elementos, como se hacía anteriormente.

La educación, entonces, debe cambiar su *ethos* y apuntar hacia la maximización de las capacidades intelectuales, buscando desarrollar una sincronía entre el entender y el actuar (1), pues se vive en la época de la creatividad, si este cambio no se asume, el subdesarrollo será el precio.

Salud: un proceso social

Antes de seguir adelante con esta idea, es indispensable aclarar la importancia del término salud, para lo cual se toma la definición que proviene de la medicina social, donde ésta no es considerada como un estado bipolar, salud-enfermedad —vista como alteración fisiológica—, sino como un aspecto social inherente al proceso vital, en el cual una morbilidad no es más que el extremo visible de una cadena de eventos determinados por el estilo de vida que ha surgido en una cultura, subcultura o no-cultura determinada, y que pone de manifiesto una cosmovisión particular (2).

(1) LLINÁS, R., Colombia al filo de la oportunidad, Editorial Magisterio, Santa Fe de Bogotá, 1995.

(2) FRANCO, OCHOA y HERNÁNDEZ, La promoción de la salud y la seguridad social, Corporación Salud y Desarrollo, Bogotá, 1995.

Así, salud se considera como proceso social en cuanto se parte de la consideración de que el hombre como ser histórico se ve influenciado en su construcción por tres circunstancias:

1. Reproducir sus condiciones de vida en una maraña de relaciones sociales.
2. Basar esta maraña en un proceso lingüístico.
3. Construir los significados de su quehacer a partir de sus condiciones de vida basados en el lenguaje.

Entonces la enfermedad, como parte de la realidad del ser humano, no se da por fuera de esta dinámica. Ello significa que la Salud y la enfermedad son elementos constitutivos de un proceso que siempre ocurre en sociedad y en una cultura, aspecto que los hace históricos. Como histórico ese proceso se vive, se siente y se *interpreta* siempre en una sociedad y en una cultura; interpretación en cuanto un significado que pertenece y se usa tanto por parte del enfermo como del sanador, encauzando los comportamientos a la protección y prevención del proceso.

La educación, una construcción colectiva y personal

El conocimiento cotidiano y personal, como todo conocimiento, está guiado por el interés. Aquello hacia lo que no se está motivado, a lo que no se le encuentra relevancia o que simplemente no gusta, es casi axiomático que no se aprende. Habermas reconoce esta premisa cuando afirma que no hay conocimiento sin interés, ni interés que no esté vinculado a determinados conocimientos (3).

(3) HABERMAS, J., Ciencia y técnica como ideología de trabajo e interacción, Editorial Tecnos, Madrid, 1968.

Todo saber se construye dentro de la práctica, nunca al margen de ésta (4); por ello todo conocimiento personal está compuesto por un sistema de significados y experiencias de diferentes grados de abstracción, con el que interpretan el medio y con el que dirigen su comportamiento en él, según unos determinados intereses provenientes de una cosmovisión particular. El conocimiento de toda persona es idiosincrásico y da origen a una teoría personal —construcción de una cosmovisión— la cual le permite filtrar una visión del mundo y fomentar un campo de acción limitado y limitante.

Aunque de lo mencionado hasta el momento es posible considerar que los significados personales están constituidos por una sola dimensión, no es así, pues ellos están conformados por una dimensión tácita, la cual se caracteriza por operar bajo un nivel primario de abstracción, organizada bajo la forma de esquemas sencillos de asociaciones espacio-temporales y que determinan gran parte del comportamiento cotidiano; y por una dimensión racional que opera bajo un nivel de abstracción secundario, vinculada a la capacidad lingüístico-verbal y que se hace presente en la producción intelectual.

También es importante tener en cuenta que los sistemas de significados se organizan en esquemas de conocimientos y no en conjuntos acumulativos de conocimientos, lo cual lleva a plantear que estos significados forman redes semánticas de naturaleza idiosincrática en la memoria, donde el significado es personal y depende del texto, del contexto y del autor (5).

(4) TSE-TUNG, Mao, **Cinco tesis filosóficas**, Editorial El Pueblo, Bogotá, 1968.

(5) MOSKOVICI, S., **Psicología social**, Editorial Paidós, Buenos Aires, 1982.

En consideración de lo anterior se debe entender que la violencia se ha venido fundiendo con parte de nosotros, a través de los diferentes momentos de agresión que enfrentamos y que sostenemos generando un problema de Salud Mental colectivo, el cual se manifiesta en la no cooperación, en el no reconocimiento del otro como persona independiente de mí y en la violación de los derechos del otro, en especial si ese otro es más débil.

En la escena familiar esta característica cultural da origen a la violencia intrafamiliar, la cual se encarga de reproducir el ya consolidado esquema de resolución de conflictos a través de los mecanismos descritos en párrafos anteriores. La violencia intrafamiliar como problema de Salud Mental con características de epidemia ha exigido, por parte de todos y cada uno de los protagonistas de la investigación y la acción social, el desarrollo de líneas de trabajo efectivas, efectividad que ya no está garantizada en la intervención de un solo sector o que es del resorte de una determinada profesión, sino que está garantizada en la posibilidad de una integración intersectorial basada en un trabajo multidisciplinario donde este tipo de problemas sea asumido en cada uno de sus momentos de verdad, y donde la respuesta no se dé de manera desligada y coyuntural, para evitar el cambio de los libretos, reglas, roles y competencias que juegan los diferentes miembros partícipes en la dinámica de la violencia.

Por lo tanto, la prevención no debe ser vista como una responsabilidad exclusiva de las entidades prestadoras de salud. Como se ha tratado de esbozar en este corto artículo, la salud es un proceso social vinculado con todas las personas, y a través del cual una sola respuesta de solidaridad puede romper una cadena patológica, elementos con los que se quiere resaltar el hecho de que la prevención es asunto de todos.

ESCUELA SALUDABLE Y SALUD MENTAL

Martha Consuelo León

DOCENTE DEL ÁREA DE SALUD DEL COLEGIO DISTRITAL ATANASIO GIRARDOT

*La escuela es un espacio de vida,
y el maestro es líder y motor
del cambio social y constructor
de una nueva sociedad.*

Por lo general se piensa en la enfermedad mental cuando se escucha la expresión Salud Mental. No obstante, Salud Mental es mucho más que la ausencia de enfermedad. Cuando hablamos de felicidad, tranquilidad, equilibrio emocional, nos estamos acercando a lo que significa Salud Mental.

La Salud Mental tiene que ver con la cotidianidad, con nuestra actitud en el hogar, en la escuela, en el trabajo, con los demás y hacia nosotros mismos. Comprende la manera como cada uno armoniza sus emociones, actitudes y acciones.

No existe una línea divisoria que separe con precisión a la persona mentalmente sana de la que no lo es. En verdad existe toda una gama de grados de Salud Mental, y no hay una característica singular que pueda tomarse aisladamente como evidencia de que se la posee. De otra parte, tampoco la ausencia de esos atributos puede admitirse como prueba de enfermedad mental. Más aún, nadie tiene, durante todo el tiempo, todos los rasgos de una buena Salud Mental.

Karl Menninger define la Salud Mental como *“la adaptación de los seres humanos a sí mismos y a los otros, con un máximo de efectividad y de felicidad”* (1).

Entre las características de las personas mentalmente sanas, se encuentran las siguientes:

1. Satisfacción consigo mismas

- Tienen buena autoestima.
- Se respetan a sí mismas.
- No se desequilibran por sus propias emociones: amor, celos, envidia, miedo, culpa.
- Gozan de placeres sencillos y cotidianos.
- Se sienten personas capaces de enfrentar la mayoría de las situaciones que viven.
- No subestiman ni sobrevaloran sus habilidades.
- Son proactivas.

2. Satisfacción con los demás

- Son capaces de amar y tener en consideración los intereses y situaciones de los demás.
- Confían en otras personas.
- Establecen relaciones personales satisfactorias y duraderas.
- Respetan las múltiples diferencias que encuentran en la gente con quien se relacionan.
- Pueden formar y sentirse parte de un grupo.

(1) Menninger.

3. Capacidad para satisfacer las demandas que la vida les presenta

- Planifican con anticipación y no le temen al futuro.
- Se proponen metas que pueden alcanzar.
- Se adaptan a las circunstancias, por difíciles que éstas sean.
- Aceptan sus responsabilidades.
- Modifican su ambiente cuando esto es posible, y se ajustan a él cuando es necesario.
- Tienen la mente abierta a nuevas experiencias e ideas.
- Son capaces de tomar sus propias decisiones.
- Derivan satisfacción cuando ponen su mejor esfuerzo en aquello que hacen.

Problemas identificados en los escolares

Los niños y las niñas en edad escolar tienen necesidades y problemas diversos y específicos que afectan su salud, los cuales deben ser analizados para desarrollar acciones que respondan a ellos y minimicen las situaciones adversas. Dentro de la gama de problemas de salud merecen resaltarse los psicosociales como son la pobreza, la explotación laboral, el abandono e indiferencia social, el abuso sexual, el maltrato, el fácil acceso a sustancias psicoactivas, alcohol y tabaco, la exposición a ambientes inseguros. Todos ellos hacen parte de una complejidad en la que se encuentra inmerso el escolar. Éstos tienen que ver con su mundo, con su vida y sus ambientes: la familia, la escuela, los amigos y los vecinos.

La tasa de trastornos afectivos y de ansiedad es mayor en las mujeres, mientras los trastornos de personalidad, alcoholismo y farmacodependencia son más comunes en los hombres.

El perfil epidemiológico de los niños escolares, y más adelante de los adolescentes, muestra que la violencia representada por accidentes, homicidios y suicidios, las alteraciones en la Salud Mental y las enfermedades ligadas al proceso reproductivo, son las principales causas de morbilidad y mortalidad determinadas, en gran medida, por conductas de riesgo y estilos de vida poco saludables.

Los síntomas físicos y psicológicos con frecuencia se desarrollan como resultado de una tensión y ansiedad en el sistema familiar. Cada individuo y cada familia tienen la capacidad básica para manejar la tensión.

Dado este contexto en que se mueve el escolar, es importante desarrollar factores protectores en el marco de la promoción de la salud. Es así como la Escuela puede innovar con estrategias como la *resiliencia*.

Resiliencia

Es la habilidad para resurgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva. Una combinación de factores que permiten afrontar y superar los problemas de la vida y construir sobre ellos.

La promoción de la *resiliencia* es tarea de todos los adultos que tienen la responsabilidad de cuidar y proteger a los niños y niñas, asegurándoles afecto, confianza básica e independencia (OPS OMS).

La promoción de la *resiliencia* es reconocer la fortaleza más allá de la vulnerabilidad. Apunta a mejorar la calidad de vida

a partir de sus propios significados, según como se perciban y se enfrenten al mundo. Estimular la *resiliencia* es potenciar esos atributos, incluyendo a todos los miembros de la comunidad en el desarrollo, aplicación y evaluación de los programas en acción.

Personas *resilientes* son aquellas que al estar expuestas a un conglomerado de factores de riesgo, tienen la capacidad de utilizar aquellos factores protectores para sobreponerse a la adversidad, crecer y desarrollarse, llegando a madurar como adultos competentes pese a los pronósticos desfavorables.

Perfil de un niño o niña *resiliente*

- Es aquel que juega bien, que trabaja bien y tiene buenas expectativas.
- Responde de manera positiva al contacto con otras personas, es flexible, adaptable, demuestra empatía, afecto, tiene comportamientos prosociales.
- Habilidad para resolver problemas, dar soluciones nuevas.
- Autonomía: capacidad de tener un control interno, auto-disciplina, control de los impulsos, control del entorno.
- Expectativas saludables, dirección hacia objetivos, orientación hacia los mismos.

Modelo que caracteriza al niño o niña *resiliente*

Posesión de condiciones de lenguaje que se expresan por:

- Yo tengo, yo soy, yo estoy, yo puedo (2).

(2) Grodberg, Edith, 1995.

- Tengo personas que me estimulan a ser capaz de desenvolverme solo o sola.
- Soy respetuosa de mí misma y del prójimo.
- Estoy dispuesta a responsabilizarme de mis actos.
- Puedo hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.

Papel de la escuela en la promoción de la Salud Mental

Los niños y las niñas tienen una misión: crecer, desarrollarse y fortalecerse para convertirse en adultos vitales capaces de ser felices y de producir bienestar a su alrededor. Es fundamental que reciban la atención, el amor y los estímulos necesarios.

La promoción de la Salud Mental está dada por procedimientos educativos creativos e innovadores, orientados a formar en valores y actitudes, de tal manera que en niños y jóvenes se puedan desarrollar procesos autoreguladores, autónomos, donde la autoestima y el autoaprendizaje contribuyan a desarrollar sus proyectos de vida.

La escuela como institución social y democrática promueve y realiza participativamente actividades que propician el mejoramiento y desarrollo personal, sociocultural y ambiental. Al prestar el servicio público de la educación, a la escuela le corresponde el deber de formar a los niños y niñas para que contribuyan al proceso de construcción de un desarrollo humano sostenible, buscando siempre mejorar la calidad de vida de todos los habitantes del país.

El estudiante, como razón de ser de la escuela y como ser biopsicosocial, interactúa con su medio ambiente. De esta

interrelación depende en gran parte su aprendizaje, su salud y su calidad de vida.

La Ley General de Educación, en su artículo quinto, fines uno, dos, diez y doce le asigna a la educación la responsabilidad del desarrollo pleno de la personalidad dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos, así como el respeto por la vida, los derechos humanos, la paz, los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, solidaridad, equidad, tolerancia y libertad en el marco de la promoción de la salud y la prevención de los problemas socialmente relevantes, a través de las estrategias de recreación, deporte, utilización adecuada del tiempo libre y conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente.

Es decir, la educación tendrá bajo su responsabilidad el desarrollo de la humanidad en el próximo milenio.

Presentación de una experiencia de escuela saludable

El Colegio Distrital Atanasio Girardot, desde su PEI “Acciones de vida para la promoción del ser humano del siglo XXI”, fomenta los derechos de niñas y niños desde la familia, la escuela y la comunidad, construyendo proyectos integrales de atención y protección para lograr un mañana alegre, justo y digno. Entre sus principios está la capacidad de soñar y de amar, pues el día que esa capacidades se pierdan habremos perdido nada menos que la libertad. La misión institucional permite el desarrollo de las potencialidades a través de una formación proactiva, comprometida y ética.

Algo importante es su proyección para que el Atanasista sea un líder sano e innovador. Por Sano se entiende: “cuando una persona está contenta, calmada, con deseos de trabajar y comer. Los ojos le brillan. Cuando una persona no tiene problemas con la familia, los vecinos o las autoridades y está bien con Dios y con sus amigos. En general, es sentirse feliz”, ya que en la alegría se manifiesta su salud, su seguridad, su equilibrio, su ser. Porque es el mejor alimento para entretejer su futuro, porque ningún presente ni ningún futuro se construyen con tristeza.



En el colegio se desarrollan tres ejes fundamentales: el comunicativo, el investigativo y el de promoción y prevención. Éstos generan actitudes de cambio que fortalecen las dimensiones físicas, afectivas, mentales, sociales, cognoscitivas y trascendentes a través de la ejecución de los diferentes subproyectos, que a su vez van a fortalecer el programa de Escuela Saludable.

El fundamento de la Escuela Saludable es la construcción de una cultura de la salud a través de estilos de vida saludables y de conductas protectoras del medio ambiente, y su propósito es contribuir al pleno desarrollo de las potencialidades físicas, psíquicas, cognitivas y sociales mediante acciones de promoción y prevención, pedagógicas, ambientales y del entorno que propicien una convivencia pacífica y armónica dirigidas a la comunidad educativa. Todo esto sustentado por la ley 100 de 1993 y la ley 115 de 1994.

El proyecto de salud escolar “Una estrategia de desarrollo humano”, modelo de Escuela Saludable, trabaja tres niveles en el desarrollo del PEI.

— El nivel 1 corresponde a la promoción y la prevención caracterizadas por el hacer, orientado a la adquisición de hábitos.

— El nivel 2 corresponde a la conceptualización; hace énfasis en el análisis y aplicación de conceptos a la vida diaria.

— El nivel 3 corresponde a la proyección, es decir, se destaca el trabajo comunitario, para poder formular proyectos y desarrollarlos en beneficio de su comunidad.

El seguimiento continuo de estos tres niveles permite el desarrollo de los procesos ambiental, tecnológico, social, comunicativo y lógico dentro de un ambiente lúdico, democrático, creativo y autónomo. Esto nos permite llegar a la formación de líderes comunitarios con una cultura de la salud que nos ayudará a ser personas sanas e innovadoras.

Éstas son algunas de las acciones de Escuela Saludable que se desarrollan en los diferentes ejes del PEI:

El eje comunicativo propende a la comunicación asertiva, positiva: se desarrollan acciones de promoción por medio de la Emisora Escolar, plegables, informes, carteleras, correspondencia estudiantil (en el mes de abril los niños y niñas de preescolar y básica primaria le enviaron cartas a los niños y niñas del Eje Cafetero, expresándoles sus sentimientos). Relación entre compañeros de aula. (Investigación que está llevando a cabo la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.)

El eje investigativo está orientado a observar los cambios en el comportamiento del escolar: si juega, si está alegre, si trabaja bien, si tiene buenas relaciones con sus compañeros, etc. Se realiza

consulta y recolección de datos. Se obtienen diagnósticos y se está elaborando el perfil del escolar.

El eje de promoción y prevención comprende tres estrategias: Pedagógica o educación para la Salud integral, Mejoramiento ambiental y Reorientación de los servicios de salud.

1. La Estrategia Pedagógica desarrolla en forma transversal, interdisciplinaria y con una visión holística, los siguientes subproyectos: Educación Ambiental, Valores para Vivir, Formación de Líderes, Educación para la Paz, Educación para la Democracia y Educación para el Afecto. Todo esto se plasma en la conformación de grupos juveniles tales como Gestores de Salud, Gestores de Paz, Grupo Ecológico y Emisora Escolar, entre otros, con una proyección comunitaria.

Además esta estrategia cuenta con un espacio específico para educación en salud integral, con un plan de estudios dentro del currículo.

2. La Estrategia Ambiental es factor importantísimo, porque somos parte de la naturaleza y de acuerdo con las interrelaciones positivas que generemos estamos asegurando nuestra supervivencia; si le hacemos daño nos estamos autodestruyendo.

Esta estrategia hace referencia a la convivencia social y al mejoramiento del entorno. Se parte de un diagnóstico, se pasa a la sensibilización y educación, y luego se hace la gestión.

- 2.1 Convivencia social: se desarrollan talleres dirigidos a toda la comunidad educativa, con el fin de impulsar y

generar conductas amables que determinen una sociedad con principios y valores que nos acerquen al ideal de paz.

Promoción del buen trato, donde se tiene en cuenta el sentido de la importancia, la aceptación, la necesidad de amar y ser amado, la necesidad de la disciplina, la necesidad del contacto y del afecto.

Manejo del estrés, entendido como el producto emocional al presentarse un cambio en nuestra rutina diaria o nuestra salud, ya sea positivo o negativo.

- 2.2. Mejoramiento del entorno: se han diseñado y ejecutado unos miniproyectos que han permitido el buen manejo de residuos sólidos, la recuperación de suelos y zonas verdes por medio del abono orgánico obtenido del proceso del compostaje, la creación de jardines y la construcción del parque infantil, entre otros.
3. Reorientación de los Servicios de Salud: se hace diagnóstico temprano, asesoría, asistencia, control, seguimiento y remisión de casos. A través del sistema de vigilancia epidemiológica se han logrado detectar patologías subregistradas por comorbilidad. Es el caso de la desnutrición/malnutrición, que aparentemente nada tendría que ver con la Salud Mental, pero este diagnóstico nos permite detectar problemas como carencia psicoafectiva (maltrato por negligencia).

La labor de la escuela no es sólo impactar sobre los diagnósticos de salud, sino atender los problemas identificados por los demás miembros de la comunidad. Es así como llama la

atención el registrado por el grupo de padres de familia de Escuela Saludable, donde ellos detectaron problemas como el mal humor, la impaciencia, el exceso de trabajo, la angustia, la depresión, la falta de comunicación, la afición al ruido y la pereza.

Para la ejecución de estas estrategias es necesario la cogestión intra-intersectorial e interinstitucional. Muestra de esto es el trabajo que se desarrolla con: Hospital Olaya, CADEL, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Unidad Coordinadora de Prevención Integral, Instituto Distrital de Recreación y Deporte, Alcaldía Local, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, Escuela de Enfermería San Pedro Claver, Ancianato San Pedro Claver, Centro de Estudios Antropológicos Universidad Nacional, SENA (Servicios a la Salud), Secretaría de Salud, Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, Secretaría de Tránsito y Transporte.

Logros generales

- Mayor participación interinstitucional.
- Compromiso del gobierno local.
- Fortalecimiento del programa con el PAB local.
- Gestión de recursos dentro del plan de desarrollo.
- Cogestión institucional.
- Mayor compromiso por parte de los miembros de la comunidad educativa.
- Conformación de grupos de líderes juveniles.

Logros en la estrategia pedagógica

- Incorporación del programa Escuela Saludable en el PEI.
- Altas tasas de retención anual.

- Disminución de tasas de ausentismo escolar.
- Acreditación institucional.
- Apropiación de conceptos relacionados con la cultura de la salud y el bienestar.
- Sentido de pertenencia.
- Participación democrática (gobierno escolar).
- Lúdica como innovación metodológica.

Logros en la estrategia ambiental

Convivencia social:

- Trabajo en equipo.
- Mayor participación.
- Disminución de la agresividad.
- Disminución de accidentalidad por violencia.
- Mayor tolerancia.
- Mejor comunicación.

Mejoramiento del entorno:

- Recuperación de 300 m² de áreas verdes.
- Creación del parque infantil.
- Ampliación y adecuación del restaurante escolar para seiscientos cincuenta usuarios.
- Fortalecimiento e incremento del grupo ecológico.
- Mejoramiento del área social para docentes.
- Proyección local del proyecto ambiental institucional.

Logros en reorientación de los servicios de salud

- Diagnóstico institucional.
- Cubrimiento del 100% de la población en acciones de promoción y prevención.

- Programa de apoyo: “Maternidad Segura” para adolescentes gestantes.
- Optimización del sistema de remisiones.
- Sensibilización en derechos y deberes en salud.
- Asistencia médica, odontológica y de enfermería.
- Historia unificada del escolar.

LA PEDAGOGÍA DE LA TERNURA

Luis Carlos Restrepo
MÉDICO PSIQUIATRA, ESCRITOR.

Hace algunos años fui invitado a Mitú, capital del actual departamento del Vaupés, para realizar un taller sobre el tema de la ternura. Asistieron funcionarios y maestros, algunos de los cuales se habían desplazado desde regiones remotas para participar en la actividad programada. Al finalizar la jornada, una mujer que se había mantenido silenciosa durante los dos días que duró la experiencia, tomó la palabra y habló así:

“Con esta cara que yo tengo —y en realidad tenía un gesto severo, adusto— y esta voz que yo tengo —valga decirlo, su tono de voz era grueso, grave—, a mí siempre me ponen de disciplina. Y yo lo entiendo, porque basta con decir ‘¡niños!’ y ellos obedecen. Pero también, cualquier muchachito emproblemado que llega a la escuela, sin siquiera consultarme, me lo mandan. Y yo lo recibo, porque qué más se hace.

Una vez me mandaron un niño, que traía su mamá jalándolo de la oreja y me lo entregó diciendo: ‘Ahí le dejo este hijueputa y manéjelo así —decía, mientras me indicaba cómo lo jalaba de la oreja—, porque de lo contrario no responde’.

Yo no dije nada, pero pensé para mí: ‘Humm... esta señora ni siquiera se respeta ella misma. Diciéndole al hijo de esa manera’.

Llevé al niño para el salón, lo ubiqué en su puesto y empecé a dictar la clase. De pronto, sin darme cuenta, volteé a mirar para donde él estaba y me encontré con sus ojos que me miraban fijos, con odio. Fue entonces cuando me gritó: 'Vieja hijueputa'. Yo dije para mí: 'Que niño tan atrevido', pero seguí dando clase, mirando para otro lado. Al rato, cuando de nuevo, sin darme cuenta, me encontré con su mirada, volvió a soltarme la misma palabrita. Pero yo seguí con la clase, mirando para otro lado. Así pasó una semana, dos hasta completar un bimestre, momento en que por obligación tenía que ponerle notas.

No sé si hice bien o mal, pero le coloqué excelente, excelente en todo. Cuando la mamá recibió la libreta no dijo nada, pero sé que al menos no le pegó. El niño, en cambio, me miraba como diciendo: 'Esta vieja está loca'.

Pero no crean que cambió, siguió la misma cosa. Y al cumplirse el segundo semestre, de nuevo me tocó calificarlo y qué más hacía, colocarle de nuevo excelente, excelente en todo. Así pasó el tiempo, el tercer bimestre, y ya no recuerdo si por cansancio de él o porque a mí se me olvidó, finalmente dejó de decirme de esa manera. Ya entonces me había dado cuenta de que el niño venía mal vestido, con su ropa sucia y que siempre buscaba algo para comer por todos lados.

Un día, lluvioso por cierto, llegó a la escuela emparamadito. Cuando quise acercarme para quitarle su ropa y cambiársela por otra limpia que yo tenía guardada para estos casos, se me vino furioso, a darme pata, como si estuviera endemoniado. Fue entonces cuando supo quién era yo —imagino que le dijo: '¡niño!' con su voz severa—. Se quedó entonces quietecito y se dejó cambiar la ropa. Desde entonces, cada vez que llegaba por la

mañana con su ropa sucia, yo se la cambiaba por la que tenía guardada en el aula, pero eso sí, antes de irse para la casa le ponía otra vez la ropa vieja, para que a la mamá no le dieran celos.

Me había cerciorado también de lo comelón que era, y por eso a la hora del descanso, cuando tomábamos la merienda, yo partía un pedazo de pan y lo colocaba en mi mano extendida, mirando para otro lado, como quien no se da cuenta. De pronto sentía un ventarrón que pasaba por mi lado, y era él, arrebatándome el pedazo de pan y corriendo lejos para comérselo.

Ya entonces yo había empezado a exigirle, a apretarle las tuercas. Y así siguió en la escuela, aprendió a leer, a escribir y llegó hasta quinto —máximo grado de escolaridad en la región. Ahora anda “raspando” —raspachín es el nombre que se da a los jornaleros de la coca, el único cultivo comercial de esta región— y los sábados lo veo en el café jugando billar —único espacio de socialización masculino—, pero nunca lo he visto borracho. Él me ve pasar, pero le da como pena y voltea la mirada. Yo a nadie le había contado esta historia, pero en estos días, escuchándolo hablar, pensé para mí: ‘¿será que lo que yo hice fue ternura?’ Claro que yo nunca pensé así, pues lo que me imaginaba era que estaba cebándolo; sí, así como se ceban los animalitos del monte. Doctor, la pregunta que yo quiero hacerle es la siguiente: ¿cebar es lo mismo que ternura?’

Ya para entonces yo estaba estupefacto. Le di las gracias por la historia y por haberme enseñado que cebar era lo mismo que ternura. Yo no lo había pensado. Desde entonces no deja de sorprenderme que esta mujer, sin ninguna conceptualización psicológica o pedagógica, hubiese puesto en práctica, de manera tan plena, los principios de una pedagogía de la ternura. Y lo hizo

comparando al niño con un animalito del monte, comparación que para muchos puede resultar ofensiva. Pero recordemos que también a los animales se los puede tratar con crueldad o con ternura. Además del método franciscano que consiste en



ofrecer alimento para cebar, sin hacerle trampas al animal ni atraparlo en una jaula, existen otros métodos violentos que buscan someter al salvaje coartándole su libertad o convirtiéndolo en presa de cacería.

La escuela puede verse como un aparato de captura en el campo cultural. Así tratemos de negarlo, la educación es un proceso de doma. De allí que la metáfora animal siga siendo pertinente. ¿Prefiere la escuela los métodos de enjaulamiento o es capaz de alimentar al niño cultivando su libertad?

Hace unos años, para seguir con las historias maravillosas que me ha regalado este país, tuve noticia de un hombre que amansaba caballos con ternura. Él llamaba a su método “la doma racional” dando a entender que los métodos crueles no sólo eran inadecuados sino también irracionales. No se trataba de una simple afición o de un capricho. Partiendo de una perfecta comprensión del sistema nervioso del caballo y buscando que los aprendizajes fuesen sólidos, él ejercía su oficio de domador de potros en la región que se extiende entre Aguachica, en el Cesar, La Mesa de los Santos en Santander y Yopal, en Casanare. Es decir, una región donde la cultura machista es predominante. Su actividad preferida era asistir a ferias de pueblo y pedir que le soltaran un potro bravo, sin amansar. Allí, delante de todos, utilizando el rejo sólo para producir finos y precisos sonidos en el aire, tocando al potro con la yema de sus dedos sobre el lomo

como si practicara digitopuntura, y hablándole con suavidad para modelar su sistema nervioso, lograba en tiempo *record* —menos de una hora—, ensillar y montarlo por primera vez. Quienes conocen de caballos saben que se trata de un buen comienzo. Era entonces cuando se dirigía al público con el mejor discurso de paz que se haya pronunciado en este país. De manera breve, decía a su impávido auditorio que estábamos en guerra porque en Colombia no había verdaderos amansadores.

Sin embargo, volvamos al ejemplo de la profesora, que en una zona lejana, distante unos dos días navegables de Mitú, zona de coca y de guerrilla, sin presencia estatal y con una madre como la descrita, fue capaz, en silencio, de apostarle a un niño que cualquiera de nosotros daría por perdido. Ella no se dedicó a pelear con la madre ni a abrumarla con su cantaleta. Utilizó el tiempo que tenía como maestra para ofrecerle lo que estaba en sus manos: transmitirle atención, cariño, conocimientos, confianza. Ella hizo de este niño un factor de paz. Quienes conocen la dinámica de estos poblados de colonización, que viven en la ilegalidad, saben lo frecuente que es entre los hombres el abuso del alcohol. Este niño no se emborrachaba. Era la mejor prueba del mejoramiento de su autoestima. En medio de la hecatombe social, una mano le había transmitido, con certeza, la vivencia de la ternura.

Pero lo más interesante era cómo manejaba la autoridad, y la claridad que su ejemplo nos da sobre la dimensión de la ternura como algo alejado de la melosería. Ella, que corporalmente infundía respeto y autoridad, que parecía severa y antipática, era la más plena expresión de la ternura. Muchas veces creemos que la calidez pasa por una sonrisa superficial, o por una fingida cordialidad. Nada más dañino que esas posturas que anuncian la caricia para finalmente negarla.

Como no tenía problemas con el ejercicio de su autoridad, supo también esperar y contener, entendiendo de entrada que el comportamiento del niño era insensato. Que por su boca expresaba el odio que había recibido. No se desgastó peleando con él, como lo hubiese hecho cualquiera de nosotros, para que la respetara. Esperó para ejercer su autoridad en un momento más oportuno. Sólo cuando meses después el niño intentó agredirla cuando le ofrecía algo que él necesitaba, le hizo saber lo que implicaba su mando. Ese día, el niño también aprendió que se trataba de una autoridad buena. Una autoridad que no estaba movida por el deseo narcisista de ser obedecida a cualquier costo, sino que le enseñaba con claridad que no podemos rechazar aquello que necesitamos.

Menos mal que por allí no había ningún psicólogo o psiquiatra para remitirlo. Pues nosotros, los profesionales de la Salud Mental, muchas veces nos volvemos parte del problema. Entre maestros, padres y terapeutas, "*psicopatologizamos*" al niño atrapándolo en un diagnóstico, pero somos incapaces de ofrecerle el apoyo vital que necesita con urgencia. Remitir a un niño es, con frecuencia, una buena manera de proyectar el problema sobre otros. O proyectarlo sobre los padres, sobre el cerebro del niño, o sobre la sociedad.

Esto no quiere decir que no haya padres especialmente enfermos, o que no existan los problemas de aprendizaje y de desarrollo con algún compromiso cerebral, o que subsistan las sociedades maltratantes. Pero al realizar el diagnóstico, deberíamos recordar que siempre se trata de un diagnóstico compartido. No existe ningún trastorno de aprendizaje que no sea, a la vez, un trastorno de enseñanza. Cuando la metodología escolar choca con un niño, no tenemos por qué considerar que es el niño quien necesita tratamiento. Hay que intervenir sobre el niño para



fomentar el crecimiento de su singularidad, pero también se debe intervenir sobre la escuela con el propósito de flexibilizar el aparato de captura, de tal manera que sepamos pulir con esmero la materia prima que se nos ofrece, haciéndolo sin aplastar la diferencia ni atormentar la vida.

Esta maestra supo hacerlo asumiendo que, en primer lugar, el niño es cuerpo. Cuerpo que se viste y alimenta. Que siente frío y hambre. Y su labor pedagógica empezó por estos rudimentos. Frente a la madre asumió el papel del desactivador de bombas. Al calificarlo como excelente, le envió a la madre un mensaje peculiar: que su hijo era único, y de verdad que lo era. Y como tal, debía amarlo porque era excelente. Ojalá que al calificar tuviésemos en cuenta que la nota es, ante todo, un mensaje hacia los padres y hacia el propio niño, mensaje que debe estar abierto a la creatividad comunicativa.

A Colombia, de alguna forma, podemos entenderla como un conjunto de bombas activadas. Quienes le apostamos a la ternura en un país minado, creo que tenemos que aprender a acariciar la bomba. Cuando a Andrés Hurtado, el religioso que conocen muchas y muchos por su pasión ecológica, alguien le preguntaba: “¿Por qué razón a usted no lo pican las arañas venenosas con las que trabaja?”, él contestaba: “Yo nunca he visto una araña que pique el suelo sobre el que camina, yo soy suelo para las arañas y nunca me pican”. Es otra manera de entender la caricia y el soporte.

Recuerdo a una maestra que una vez me contó una historia acontecida en un colegio bogotano. Se trataba de un niño que por

tercera vez repetía quinto de primaria, destacándose por su mal comportamiento. Existía un consenso colectivo sobre la inmadurez del chico y lo poco preparado que estaba para pasar al bachillerato. Sin embargo, contra la opinión de sus compañeros y compañeras de trabajo, ella decidió promoverlo. Pero además, decidió premiarlo. Y para justificar el premio colocó esta frase en el diploma: "por su insólito comportamiento".

Parece que todavía hoy el chico se sigue preguntando qué quiso decirle con eso, ¿que era bueno? ¿que era malo? Es decir, sembró en él la interrogación ética, la pasión por el discernimiento. Lo sacó del estigma de niño malo y lo llevó al campo de la reflexión. Valga decir, por demás, que una vez en bachillerato su comportamiento mejoró.

Esta maestra más bien trató de aminorar el odio de la madre cuidándose, en todo momento, de no despertarle celos. Lo más importante para ella era que siguiera trayendo al niño a la escuela. La pedagogía de la ternura significa la posibilidad de aplicar la autoridad con delicadeza. Todo niño necesita normas, y si uno no las pone él se las inventa, pero cuando vienen del adulto el niño se siente contenido. Pero de todas maneras y durante todo el tiempo, el niño va a estar, como dicen los muchachos de la calle, midiéndole el aceite al adulto. Ese postre es demasiado apetitoso como para no morderlo. Todo adulto que pone una norma de hecho está invitando al niño a que la viole. No sé si ustedes se han dado cuenta, de que cuando los adultos se reúnen en fiestas familiares, ya como desde las 10 de la noche en adelante, sueltan unas carcajadas estruendosas. Entonces uno se acerca para escuchar de qué están hablando y es de las pilatunas que hacían cuando eran niños. No mencionan lo juiciosos que eran. Nunca he visto un grupo de adultos riéndose de lo juicioso que eran.

Curiosamente, esos adultos son regañones, controladores, neuróticos e insoportables para los niños. ¿Será que tienen doble moral?, ni más faltaba; lo que pasa es que ellos saben, sentimental y emocionalmente, todo lo que aprendieron de sí mismos y de los adultos al violar la norma. La norma es para el niño un juego exploratorio que le permite saber hasta dónde llega el adulto y hasta dónde llega él.

Por eso debemos atender al cumplimiento de la norma, ese es el papel de los adultos. Ser adulto es poner normas, ser niños es intentar violarla, o ser niño es estar siempre en trance de fugarse o de que alguien se lo robe a uno y ser adulto es impedirlo a toda costa, pero atendiendo al cumplimiento de la norma es supremamente importante atender al crecimiento y a la singularidad del niño. Cuando la norma es fría y se impone a los niños, aunque sea uno de los Diez Mandamientos, se vuelve perversa y aplasta la singularidad. Así, en su desarrollo el niño no tiene otra alternativa que declarar la guerra a la norma y hacer de esa declaratoria de guerra su bandera de identidad. Es el mecanismo de la delincuencia o de la rebelión juvenil: sólo soy yo si rompo la norma.

Al revés, cuando somos capaces de aplicar la norma con calidez, le damos al niño la oportunidad de explorarla y reconstruirla, pues eso será, finalmente, el ejercicio de la libertad cuando él también sea adulto.

Seguimos educando para la obediencia y no para el discernimiento; incluso se dice que “la letra con sangre entra”. Quienes añoran viejos tiempos cuando el maestro pellizcaba o golpeaba con la regla, insisten en afirmar que este método es efectivo para disciplinar al niño, y que a Dios lo que es de Dios y

al César lo que es del César. Parcialmente tienen razón, pero con una aclaración: se les olvida decir que, tal como sucede con los animales, cuando socializamos a un niño mediante el terror durante toda la vida tendremos que mantener la amenaza para que responda y funcione, es decir, este método tiene que complementarse necesariamente con una sociedad cerrada y autoritaria, pues cuando el niño es educado con el terror, pero sale a la dinámica de la sociedad abierta, inevitablemente fracasa. Allí aparecen las típicas patologías de la libertad: la drogadicción y la delincuencia.

Quiero que tengan en cuenta este concepto. Esas patologías llamadas sociales finalmente son las patologías físicas de la sociedad abierta —en las sociedades cerradas no se dan estos fenómenos—; en el último informe de las FARC procedentes de la zona de distensión reivindican, como algo propio, la desaparición total de los homicidios: los ciudadanos ya no se matan entre sí. Sabemos hace mucho rato que en las sociedades fuertemente controladas los ciudadanos no beben ni se matan entre ellos. Eso es típico de las sociedades abiertas, pero no sólo de ellas. El drama norteamericano, un drama duro, es típico de las sociedades abiertas que expresan la profunda contradicción cultural del momento. Tenemos sociedades abiertas de mercado, pero con jóvenes y personas que han sido educadas de manera autoritaria, y que cuando entran a toda la dinámica de la sociedad abierta se revientan. Por ello aparece un drogadicto, alguien educado en el chantaje afectivo por el terror, y que al entrar en contacto con la sociedad queda atrapado en la forma más perversa del consumo, en la drogadicción, la reina del consumismo.

Hace muchísimos años, cuando yo empecé mi trabajo como médico, trabajé en un municipio del Huila llamado Salado Blanco.

Recién llegado, me mostraron al mendigo del pueblo que tenía por nombre El Lloroncito. Un día supe cómo era la metodología del Lloroncito, porque se instaló al lado de mi casa, se quedó allí con sus cachivaches y empezó a llorar. Yo salí muy fresco, para ver qué requería; él siguió llorando, me le acerqué y cuando estaba como a metro y medio sacó un garrote y a duras penas alcancé a entrar otra vez a mi casa. Por supuesto, como psiquiatra me imaginé que el mendigo era sicótico. Al otro día le pregunté a la auxiliar de enfermería sobre por qué él no había recibido atención, pero ella no me entendía. Cuando le expliqué lo que había pasado, ella se rió y me dijo: “Por eso lo llaman El Lloroncito, porque a él lo único que le gusta es llorar y a todo el que se le acerca a ayudarle le da palo”.

Yo creo que Colombia tiene el síndrome de El Lloroncito: nos quejamos, nos quejamos y sale uno a hacer una propuesta y tiene que esconderse porque todo el mundo le da palo. Ese despecho colectivo, esa desesperanza colectiva que podríamos entenderla como una depresión colectiva, afecta de manera especial a los maestros, es decir, a ese resorte tan impresionante del aparato cultural que son los maestros. Pero en general todos estamos despechados. La última encuesta señala que el 80% de los colombianos considera que Colombia no va para ningún lado y que está empeorando.

¿Qué sería entonces la Salud Mental?: sería ese estado pasional que sabe inculcarle a los espacios cotidianos o al espacio social, al aula o a la escuela, un espíritu de lucha, porque no puede ser resignación con lo que existe, pero un espíritu de lucha que no riñe con la alegría, es decir, que no cae en el despecho, un espíritu de lucha que le apunta a la delicadeza y a la construcción de redes.

La ternura no es la ausencia de autoridad. Por el contrario, es la posibilidad de aplicar la autoridad con delicadeza. Atendiendo al cumplimiento de la norma, pero también al crecimiento y a la singularidad del niño. En uno de los más hermosos capítulos de *El Principito*, al llegar éste a un asteroide perdido en el espacio se encuentra con un rey regañón, que de tanto regañar aburrió a sus súbditos. De inmediato empieza a darle órdenes al Principito, quien se da cuenta de que se encuentra en el lugar equivocado. Entonces le dice al rey que se va a marchar. Éste le responde que en su reino nada se puede hacer sin su permiso. Ante la insistencia del Principito, el rey lo invita a la sala del trono y le pide que le diga a qué hora piensa irse. 'A las 6:45 de la tarde', contesta el Principito. Entonces, sentado en su trono, con su corona puesta, el cetro entre sus manos y con voz de rey, le dice: '¿Te ordeno que te vayas de mi reino a las 6:45 de la tarde'. Así la autoridad del rey se cumplió y se respetó la singularidad del Principito.



Nada genera más violencia en la relación entre adultos y niños que el problema de la obediencia. En su nombre se maltrata y ofende. Lo importante de un método de enseñanza es la consistencia. Y para una educación democrática cuyo horizonte es la libertad, no existe otro camino que el de la pedagogía de la ternura. Esta pedagogía puede entenderse desde una metáfora ecológica. Me dirán ustedes que me he vuelto muy agropecuario. Primero hablé de animalitos y del amansamiento —la parte pecuaria— y ahora voy a hablarles de plantas —la parte agrícola, o mejor aún de horticultura—. Pero ¡qué vamos a hacer! Si tratásemos a los niños como tratamos a las plantas de un jardín, habríamos hecho lo mejor por ellos. Hay quienes dicen, sin em-

bargo, que esto es muy complicado porque tienen mala mano para las matas. Mata que cogen, mata que matan. Y se resignan a este desastre. Llaman a la vecina o al vecino para que les cultive las matas. E imagino también que llamarán a la vecina o al vecino para que cuide de sus hijos, del esposo o de la esposa... No podemos resignarnos a tener mala mano. Los asuntos de la mano son indelegables.

Pero, ¿qué es tener buena mano para las matas? No se trata de tener muchos conocimientos, sino de tener disponibilidad de tiempo para compartir con las matas, o con los niños si se quiere, para perder tiempo con ellos. Y si se está muy ocupado, entonces acontece el milagro. Al destinar tiempo para los niños o para las matas, nos concedemos tiempo para nosotros mismos. *Conceder tiempo*: he ahí la clave para la buena mano. Quien sabe alimentar también tiene buena mano. No de afán ni cada quince días, como quien riega sus matas con manguera pues le molesta que necesiten cuidados diarios. Es necesario alimentar poco a poco, con gusto. Como cebando a un animalito; nada más grato que alimentar, que conceder vida. Cuando se alimenta respetando la libertad del niño, no caemos en la sobrealimentación, que es una manera de agredirlo. Quien sobrealimenta una mata, sobrecargándola con fertilizantes químicos para verla florecer rápido, termina generando todo lo contrario: su afán y su ansiedad terminan matándola. La mano que alimenta, la mano que acaricia. Mano capaz de sostener y contener, pero también de impulsar el crecimiento. La mejor figura de la Salud Mental está dada por la metáfora del cultivo. Un espacio con Salud Mental es aquel capaz de brindar calidez, atendiendo al clima interpersonal. Pues así como las plantas necesitan de un microclima, de una cierta humedad y temperatura para crecer, así también los seres humanos necesitamos de un microclima afectivo sin chantajes, sin

autoritarismo. Este microclima debe saber integrar, como en todo ecosistema, los intereses de la singularidad con los intereses de la interdependencia. Un ecosistema, tanto natural como humano, no es más que un conjunto de singularidades que se relacionan y dependen entre sí. Recordemos que en el plano social la singularidad se identifica con la libertad, mientras la interdependencia se identifica con la justicia, que no es otra cosa que la reciprocidad y la equidad. Combinar los intereses no siempre convergentes de la justicia y la libertad, sólo puede hacerse desde una pedagogía de la ternura.

Propendemos por una pedagogía que sepa combinar fuerza y delicadeza. Pedagogía que tiene como horizonte el cultivo de la singularidad, sin negar la necesidad de la interdependencia. Esta pedagogía, que incluso puede aplicarse, en medio de la hecatombe social, pues ante todo nos compromete a transformar ese espacio cotidiano que está al alcance de nuestra mano.

Salgamos del lamento. Muchas veces justificamos nuestras quejas soñando con una sociedad distinta a la que tenemos, sin hacer nada por conseguirla. Y no nos damos cuenta de que, como Noé —cuando se vino el Diluvio—, podemos construir un arca para surcar el mar embravecido. Y allí, dentro del arca, construiremos relaciones de respeto y diferencia. Así afuera la tempestad arrecie y amenace con hundirnos, nada ni nadie puede eximirnos de la responsabilidad de cultivar, de esparcir semillas para una nueva vida. La Salud Mental no es un estado, tal como sucede con la ética, sino más bien una disposición de lucha, una lucha cultural contra la desconfianza, por la solidaridad y la creatividad, contra la paranoia eficientista y la monotonía. Salud Mental es ese estado pasional de quien sabe inculcarle al aula y a la escuela un espíritu de lucha que no riñe con la alegría. De quien sabe

compartir en silencio. De quien se esfuerza para transmitir con sus gestos y palabras la semilla de una sociedad más justa.

No debemos olvidar que los más grandes gestos de ternura, como manera de enfrentar la crueldad humana, casi siempre se dan en medio de las guerras. No es algo que recibimos gratuitamente, sino algo que construimos activamente con los otros. Es puente sobre el río, calidez para enfrentar el conflicto, resistencia contra el despecho. La ternura es fuerza que nace de la delicadeza, bálsamo que nos da ánimo para sanar nuestras heridas y tender puentes de solidaridad en medio del conflicto.

En este país en guerra, signado por el despotismo y la desconfianza, los maestros pueden ser constructores de paz si insisten en llevar sus arcas en medio del diluvio, sin perder vínculo en el poder de la palabra. Esto, en sí mismo, es ya un acto de ternura. Deberíamos saberlo con más certeza, para dar impulso a lo que a diario hacemos por la libertad, la justicia, como ciudadanas y ciudadanos, sin caer prisioneros de esos discursos catastróficos, despechados y guerreristas, que intentan imponerse en nuestra patria.

Salud Mental es esa actitud de quien sabe compartir en silencio, como en el caso de esa mujer que les comentaba, de quien sabe transmitir con sus gestos y palabras la semilla de una sociedad más justa, en presente, por supuesto. No debemos olvidar que los más grandes gestos de ternura se han dado en medio de la guerra. Sabemos de ellos en los campos de concentración alemanes. Todos sabemos de los gestos de ternura que hay cotidianamente en países como Colombia. Es decir, la ternura es una metodología y una estrategia de lucha para enfrentar cotidianamente la crueldad humana, para no dejarnos aplastar por

el terror. La ternura, que es esa fuerza que nace de la delicadeza, actúa como una especie de bálsamo que nos da ánimo para sanar nuestras heridas, nunca de manera completa, pero sí al menos para recuperar un mínimo de confianza para tender puentes de solidaridad en medio del conflicto.

EL FORO: CONVERSACIONES PARA REDUCIR LA INCERTIDUMBRE

Francisco Montaña Ibáñez

ASESOR DEL IDEP

Al finalizar las ponencias y después de un tiempo de descanso, un grupo de maestros y los ponentes se volvieron a reunir en el salón destinado para ello en las instalaciones del IDEP. Su intención era continuar conversando acerca del tema. A continuación les presentamos una versión editada de dichas intervenciones, agrupadas por núcleos de interés. Esperamos que la metodología y presentación adoptadas sirvan para aclarar posiciones y enriquecer la discusión.

Carne de maestro

El tema de la Salud Mental se puede mirar desde múltiples perspectivas. Una de ellas tiene que ver con la existencia de espacios donde la vida afectiva y emocional de los maestros se desenvuelve.

“Debería ser una preocupación central en la formación de los maestros tener un espacio para que podamos mirarnos a nosotros mismos, porque nosotros también tenemos carencias afectivas, también tenemos problemas de relación con las otras personas, problemas de confianza. No tenemos esa habilidad, como decía el doctor Luis Carlos, para librar un combate diario, no sólo frente a nuestra propia realidad personal y familiar, sino frente a

la red de relaciones que se establece en las instituciones educativas, en esos grupos con todas esas complejidades. Y si no somos capaces de entendernos a nosotros mismos, de librar esos combates, si no hemos podido ser autónomos, si no hemos podido gozar de un momento de libertad, porque tampoco crecimos en un ambiente de democracia y de libertad, el país ofrece muchos espacios para ejercer o para aprender día a día la democracia, entonces ¿qué le podemos entregar a los alumnos?

Los maestros enfrentamos dificultades y más si tenemos en cuenta que vivimos en un país lleno de conflictos, con cantidades de obstáculos, de barreras para acceder a los bienes de la cultura. Elegimos las profesiones por ciertas características personales que tenemos. Los maestros elegimos la profesión porque tenemos una compulsión a educar y dentro de la concepción general de educar está implícito mandar para que otros obedezcan. Estamos para imponer nuestras concepciones, nuestros puntos de vista”.

“A lo largo de mi vida profesional vi que las facultades de educación generalmente se preocupaban por preparar al docente para engordar los cerebros de sus alumnos en materia informativa, en un área del saber especializado (química, física, matemáticas, biología). Pero un grupo de personas, por la formación que habíamos tenido, pensaba que al maestro también había que prepararlo para que se mirara a sí mismo y a los otros seres humanos desde una perspectiva realmente humana. Muchos docentes dicen que la misión del maestro es proveer, difundir y hacer transitar información; que los problemas afectivos, de socialización son un terreno que forma parte del ámbito familiar. También

fui rectora de un colegio y tuve muchas discrepancias con los compañeros porque un colegio no era un sitio de rehabilitación. Ellos me decían que un colegio no es un sitio para que los estudiantes vengan a hacer catarsis de sus problemas personales”.

“Generalmente a los maestros se nos provee de unos campos de reflexión, pero es para que lo hagamos primero con los estudiantes. Pero son pocos los momentos para que pensemos en nosotros mismos como personas. Cuando yo entré en el Distrito había un centro que se llamaba el Centro de Estudio del Niño, que tenía una dependencia que se llamaba de higiene mental. Los maestros podíamos ir a esos centros de higiene mental para conversar sobre nuestras dificultades... Pero de pronto se dieron a la tarea de que el maestro se dedicara a la eficiencia y eficacia, no sé de qué, y se abandonó esta dimensión humana”.

“Uno no puede dar de lo que no tiene, yo no puedo dar amor a mis alumnos si yo no me amo, yo no puedo promover Salud Mental si yo no estoy bien. Creo y considero muy importante que existan esos espacios de los docentes para poder dar de lo que sí se tiene. No sólo considero, sino que pienso que desde la parte personal se puede compartir con estos alumnos un poco de lo que ya se ha vivido”.

Aprender a sufrir

A partir de una intervención de un maestro asistente se desató una discusión muy interesante acerca de cómo hemos sido educados culturalmente para asumir el sufrimiento.

“Si el sufrimiento es una eventualidad de estar vivo, los padres que hoy quieren evitar el sufrimiento de los hijos se convierten en mártires de éstos, y al querer evitarles una frustración se enfrentan a una escuela que, por el contrario, sanciona a todo el que no está acorde con su reglamento”.

“Frente a eso no hay una sola respuesta, sino que se debe buscar la manera de no caer en el pesimismo y trabajar duramente por conseguir que las soluciones aparezcan. Esto es válido para lo que estábamos diciendo antes: creo que los espacios no se dan, los espacios se quitan, se arrebatan, se buscan, pero es una lucha por la vida, es una lucha que nos compromete y que le da sentido a lo que estamos haciendo”.

“Aprovecho para tomar esa palabra que caracteriza muy bien lo que podemos llamar el campo de la clínica y el campo al que debe responder un programa de Salud Mental, que es el sufrimiento. En el mundo contemporáneo una de las desgracias es la profesionalización. Los dueños del sufrimiento psíquico somos los psiquiatras y los psicólogos. Eso es lamentable, porque es una expropiación del sufrimiento que produce como un analfabetismo colectivo para enfrentarlo. Es gravísimo porque el sufrimiento hace parte esencial de la vida humana. A mí me gusta hablar de una clínica del afuera, de una clínica que no esté en manos de nosotros los profesionales, y eso implicaría que cada persona vuelva a recuperar en sí misma esa capacidad para percibir el sufrimiento, porque sólo cuando uno percibe el sufrimiento del entorno es capaz de jugarse la ternura. Por ejemplo, hablemos de la pareja: ¿qué es lo que hace insoportable a la pareja?, ¿qué es lo que la hace maltra-



tante y monótona? Que yo me vuelvo sordo al sufrimiento de la otra persona, que de pronto, sin darme cuenta, empiezo a aplastar a esa otra persona. A veces, uno expresa maníacamente el sufrimiento, no sólo llorando, sobre todo en Colombia somos especialistas, si hay una masacre al otro día hacemos una rumba. Pero eso es sufrimiento expresado por rumba que finalmente, si no es escuchado, no puede ser elaborado. El maestro o la maestra que no es capaz de captar el sufrimiento del niño jamás se dará cuenta de su diferencia. Eso que llamamos trastorno de aprendizaje no es más que un sufrimiento, supremamente grave y complicado en un gran espacio de socialización.

Lo que pasa es que le tenemos miedo al sufrimiento, porque tenemos una visión un poco simplista de que uno no debe sufrir, sino solamente gozar. Para entender qué es el sufrimiento, quiero referirme al ideograma chino que se utiliza para referirse al dolor: literalmente quiere decir el camino está bloqueado. A mí me parece una perfecta definición de sufrimiento y dolor; el sufrimiento es aquella alarma que se despierta cuando el camino está bloqueado: en el campo de la Salud Mental, el camino comunicativo. Entonces siempre que hay un bloqueo comunicativo aparece un sufrimiento, y cuando se perpetúa ese bloqueo comunicativo se perpetúa el sufrimiento. De alguna manera, todos debemos estar atentos para detectar estos sufrimientos, para ser capaces de intervenir sobre ellos.

Es tonto, por ejemplo, que los padres caricaturescos y divertidos andemos protegiendo a los niños. Yo recuerdo a

unos padres que en estos días me contaban que cada vez que aparecía una noticia de masacres en televisión, ellos la apagaban para que los niños no vieran. Eso es montar a los niños en una mentira social. En Colombia uno tiene que sentir el dolor del país, porque lo otro es supremamente grave. Cuando uno se insensibiliza, entonces se acaba todo principio de humanidad. De hecho, lo que llamamos la sociedad liberal y democrática, todo lo que llamamos el humanismo, no es más que una reacción colectiva frente a la crueldad y frente a esos sufrimientos deliberadamente generados. Hay que aprender a compartir esos sufrimientos y hay que aprender a compartirlos creativamente. En El derecho a la ternura (1) relato que la palabra griega utilizada en el Nuevo Testamento para designar lo que después la tradición teológica llamó misericordia, es el verbo exclamisomar, que quiere decir 'sentir con las tripas'. Ese verbo ya no existe. Ahora hay que recurrir a una oración. En esa época uno sentía con las tripas. Sucede algo muy curioso cuando todos los evangelistas, que tienen tradiciones filológicas y literarias muy diferentes, recurren siempre al término exclamisomais. Cuando Cristo hace lo que los jóvenes de hoy llamarían los milagros tesos, el de la multiplicación de los panes y los peces o la resurrección de la hija de Jairo, ocurre lo siguiente: en la multiplicación de los panes y los peces se le arriman los discípulos y le dicen: 'Maestro, esa gente tiene hambre' y él contesta: 'Acaso yo soy panadero, no tengo nada que ver con eso'. Pero vuelven e insisten y dicen: 'y Cristo fue exclamisomai', es decir, sintió en sus tripas el hambre de 5.000 personas.

(1) RESTREPO, Luis Carlos, **El derecho a la ternura**. Tercera edición, Arango Editores, Bogotá, 1995.

Créanme, uno se muere o hace un milagro. Si los colombianos sintiésemos de verdad el dolor de este país, si sintiésemos vergüenza por este país, si sintiésemos el dolor del terror cotidiano, no estaríamos permitiendo y justificando lo que acontece. ¿Cuál fue el gran drama de Alemania? Que la gente se insensibilizó y no se daba cuenta de que estaban matando masivamente judíos.

Creo que la insensibilidad en que entramos muchas veces parte de que magnificamos la pretensión de ayuda, por ejemplo: 'Pero yo ¿qué puedo hacer ante un niño que no tiene padres que lo amen y que está violentado socialmente? Imagínense, si yo fuera presidente de la República de pronto haría algo'. Nos olvidamos de lo más sencillo, de lo que está a nuestro alcance. Y finalmente, lo único que le están pidiendo a uno las personas es que le de lo que está al alcance de su mano. Nadie le pide más, pero uno siempre se está imaginando que tiene que dar más, y no da nada, y para no sentir ese dolor, se insensibiliza".

El sanador herido

Acotamos especialmente este fragmento de esta intervención, por considerar que existe una enorme relación entre lo que se dice acerca de los psiquiatras y lo que los maestros temen de manera permanente en su trabajo.

En la historia de la medicina hay una anécdota que a mí me parece muy buena, porque va al fondo de las cosas. Yo les decía a ustedes que el que se creyera mentalmente sano pues que tire la primera rosa, por no decir piedra. Por lo menos los psiquiatras no lo somos. Yo involucro a Carlos,

es decir, nadie nos da a nosotros patente de Salud Mental para ejercer nuestra profesión. Sería casi absurdo pretenderlo, pero nunca se ha pretendido que uno sea sano. Hay una figura que se llama "El Sanador Herido", y es la forma como aparece en Grecia la historia de la medicina. El centauro Quirón es herido mortalmente. Para curarse su herida se inventa la medicina y se pasa su vida tratando de curar su herida, pero no logra curarla nunca. En ese proceso inventa la medicina y cura a mucha gente. Me parece que eso somos nosotros, pedirle al maestro, en este país, que tenga Salud Mental, a mí se me hace arrogante, es decir, el maestro está azotado, nosotros estamos cotidianamente azotados, pero el maestro está especialmente azotado, maltratado y se le ha pisoteado su dignidad. Pero lo más grave, como decía Susana, es que no se esté haciendo algo, individual o colectivamente, para tratar de sanar esa herida. Es como los niños que tienen una llaga y empiezan a echarle uña. Yo no sé si en vez de uña podríamos echarle saliva, por ejemplo, y ya eso es ternura. En el momento en que se es capaz de tener esa actitud de cuidado con sus propias heridas, a mí se me hace que se está generando, también en la escuela, esa dinámica de ternura.

Diálogos a través del espejo

En este apartado incluimos todas las preguntas que obtuvieron respuesta de manera directa, ilustrativa y novedosa.

PREGUNTA: ¿Qué es la terapia de la comunicación y, si es posible, amplíe un poco más el tema. Y la otra es para el doctor Luis Carlos sobre la resistencia activa contra el despecho.



RESPUESTA: Básicamente la respuesta de la terapia de la comunicación es, de pronto, salir cobijando la experiencia que hizo la docente de Bosa frente al maltrato. Hay que tener bien claro primero, que castigo no es lo mismo que pegar o lesionar. El castigo tiene otras connotaciones mucho más grandes. Segundo, la terapia de la comunicación, que es aprender a escuchar al otro, aprender a querer al otro, está un poco en concordancia con las propuestas que hizo el doctor Luis Carlos Restrepo respecto al rescate de la ternura: es el rescatar el espacio del otro, pero no por medio de una comunicación individualizada, sino simplemente como una alternativa de escucharle, crearle y compartir. Hace un momento, cuando estábamos en el almuerzo, una de las directivas del IDEP compartía con nosotros la experiencia de una de las ponentes anteriores a este foro, y nos comentaba cómo, cuando nos abrimos, vemos la posibilidad, al menos, de crear comunidad, de crear cultura, de salir de ese narcisismo en que a veces nos metemos, ese narcisismo que nos ahoga y nos impide mirar que estamos conviviendo en comunidad y que necesitamos al otro. No es pensar en un exagerado solidarismo o en un exagerado comunitarismo, pero es pensar, además de que yo soy el que vale, que también vale el otro. A eso se refiere la terapia de la comunicación, al rescate de la creencia por las propuestas del otro.

PREGUNTA-INTERVENCIÓN: A mí me llama la atención algo que en esta época de posmodernidad parece que los estudiantes y nosotros mismos estamos en el cuento de “y yo qué culpa”. Soy catedrático de una uni-

versidad en donde uno escucha a los estudiantes decir: "Y yo qué culpa". Si usted respira, "yo qué culpa"; si usted mira, "yo qué culpa"; si a usted lo ven, "yo qué culpa". La falta de compromiso es tremenda. Y se nos habla de la apropiación, de que nosotros nos estamos apropiando del espacio del otro, del gusto del otro, de todo lo que es del otro, o sea, del "su"; y la pregunta que yo tengo es: ¿Será que no estamos cayendo, también, en darle al muchacho, al joven, al otro para que él se apropie DE y que después se convierta en un egoísta o en un egocentrista? Porque cuando hablamos de su espacio decimos: "Usted respéteme mi espacio, respéteme mi novia y yo lo respeto a usted". Tengo la sensación de que lo que se está tratando de hacer aquí es exagerar un tanto el SU del otro y correr el riesgo del egocentrismo.

La pregunta es para la doctora Echeverry y tiene que ver con el "no hay que pegarles". Cuando se dijo eso, yo temblé. Nosotros somos muy receptores de culturas extranjeras, y hace unos 4 ó 5 años, en Inglaterra, sucedió un boom que decía que a los niños había que pegarles porque se estaban saliendo de las manos. Hay que pegarles porque el castigo es necesario. Y aquí fuimos tajantes, Y 'no hay que pegarles'. ¿Será que todavía estamos retrasados de las civilizaciones que van unos cien años más adelante? Porque ellos vivieron lo que nosotros estamos viviendo y al parecer vieron esa necesidad. Estamos viviendo la época del no pegar ¿y vamos a terminar diciendo que hay que pegarles?

RÉPLICA: El término apropiación acá es, básicamente, considerar como propiedad a otro ser humano. Cuando

yo digo mi esposa, mi hijo, estoy dando la connotación de propiedad, como si cualquier ser humano pudiera ser apropiable. Como uno se apropia del ganado, de una casa. No es lo mismo. Son objetos no personas. Como persona uno no puede apropiarse de nadie. Entonces, en ese sentido, cuando la cultura propende por la apropiación, son mis hijos y por eso yo les pego. Estamos hablando de otra cosa diferente, no sé si no se comprendió bien, en la cual como que tengo el derecho de pegarles porque son mis hijos y por lo mismo tengo el derecho de decidir por ellos. Entonces no es el egocentrismo de lo que uno es. Uno se debe apropiar de su futuro, de su estilo de vida, pero no de las personas, porque cada una se apropia de lo suyo sin que implique que eso sea un egocentrismo, porque inicialmente, como yo decía: "Cada ser humano tiene que aprender a quererse". A veces uno puede sonar egoísta, pero si yo no estoy bien conmigo misma, si yo no me quiero, si yo no tengo una buena autoestima, pues tampoco puedo dar al otro. Entonces esa es otra manera de apropiarse uno de su propio bienestar. Es algo diferente, no es el egoísmo de que a mí no me interesan los demás. En la medida en que yo me preocupo por mí mismo, me conozco y me acepto, tengo más posibilidades de ser empático con el otro y saber que a él también le duele, como a mí me dolió, o sea que me puedo poner en el lugar del otro.

En parte, cuando digo que no debemos pegarnos es porque lo pensé mucho, usando todo lo que he estudiado. Es preferible asumir esa postura, ya que existe la postura más o menos radical de que a los niños se los debe educar castigándolos físicamente. El otro extremo es que no se

los debe castigar físicamente para que en un momento podamos tener un punto medio, en el cual un castigo físico o una palmada sean la excepción y no la regla. Por eso en la educación uno se va como a esos extremos, porque es que al papá le queda sonando: no hay que pegarles. En una época el doctor Spock decía que a los niños no se les podía hacer nada, unos niños a los cuales nunca se les frustraba. No es ese tipo de ideología la que estoy planteando. Lo que pasa es que como en nuestra cultura estamos tan acostumbrados al golpe físico, irnos al otro extremo de que no hay que golpear probablemente va a llevar a que los golpes sean más poquitos, porque definitivamente hay momentos en que el niño o el adolescente necesitan una palmadita. Pero en términos generales, como para no llevar esto a la generalización de que el golpe es la solución, es preferible irnos al otro extremo para que más bien la conciencia del no golpe, le pueda a uno ir dando la idea de cuándo debo darle una palmada a mi hijo, con todo el amor.

¿Y las culpas, de quién son?

En éste y en muchos otros temas, a los maestros los hacen responsables de una gran cantidad de problemas sociales y particulares. En este apartado incluimos las intervenciones que tienen que ver con este tipo de preocupación.

“Llegamos a ese proyecto porque encontramos chicos que eran agredidos y cuando llevábamos el problema a Bienestar encontrábamos un apoyo que nos desilusionaba porque las soluciones se quedan ahí. Mi pregunta es, frente a esa frustración ¿qué hemos aprendido, que un niño que molesta es porque tiene dificultades? Nosotros

llegamos a eso porque había un chico que estaba en quinto de primaria y no sabía leer. Cuando dijimos que tocaba rotarlo desde primero hasta quinto, en dos meses aprendió a leer. Nosotros aprendimos con esto, y es lo que estamos manejando, Pero cuando los vemos golpeados, algunos con machete, ¿qué hacemos? Uno mismo no sabe qué hacer. Doctor, usted dice que uno se desconsuela, que pareciera que está esperando cosas grandes, pero el atenderlos, el mirarlos así, es un poco de ternura, es dedicarles esos espacios. Pero cuando uno siente que el Estado no le responde, entonces se pregunta, ¿Qué hacemos frente a esa frustración de uno como docente?”

“Cuando estuve aquí, en la DIE, siempre me cuestionaban: ¿por qué el maestro de primaria es más afectuoso?, ¿por qué trata con cariño a sus alumnos y a veces llegan a la secundaria y se vuelven catedráticos? Y a pesar de que hemos tratado con la Básica, aún quedan diferencias entre primaria y secundaria, que aunque el Estatuto Docente ha tratado de limar, todavía quedan. ¿Cuál es la gran diferencia?: que el maestro de primaria es la mamá, es el papá, es el psicólogo, es el médico. Le toca hacer de todo, buscar todos los recursos porque hay escuelas que no tienen nada, no tienen los mínimos medios, pero aun así salen adelante y los muchachos salen muy bien. El ejemplo lo vimos ahora en la evaluación: una escuela del sur ocupó uno de los mejores puestos”.

A las buenas, a las malas, al derecho o al revés

Rodeando el tema de la Salud Mental aparecen los temas del maltrato y la violencia. Aunque en una sección anterior ya se

vislumbró, por su densidad preferimos dejar la siguiente intervención completa.

El problema del maltrato infantil es muy grave, no tanto porque el Estado no tenga acciones efectivas sino porque no hay una legitimación cultural que desaprobe el maltrato. Ni siquiera, por ejemplo, la violación. Conozco barrios en donde todo el mundo sabe que el padre viola sistemáticamente a sus hijas y todo el mundo calla porque uno no se puede meter en la vida privada de ese señor. Ese problema que existe colectivamente en Colombia relacionado con la norma, no tiene tanto que ver con la legalidad, porque aquí hay todas las normas que ustedes quieran. Es un problema de legitimidad. Y es que aquí no hay una legitimidad cultural, ni para hacer cumplir esa norma, ni para hacer una resistencia colectiva a eso. En un barrio, por ejemplo, ante el maltrato de un niño debería dispararse una alarma colectiva, una alarma de vecinos, y prácticamente tendría que haber una respuesta, no de linchamiento como infortunadamente ocurre después de una larga impotencia, que viene una explosión violenta, sino de control cultural. Cuando no hay control cultural, cuando la persona no se siente coaccionada por la comunidad, entonces se puede dar la libertad de violar la norma. Y ahí es donde se me hace muy interesante, además de las normas legales, tratar de avanzar en la constitución en positivo de esas redes de solidaridad. En los últimos diez años en Colombia ha habido unas dinámicas muy interesantes que yo he seguido con lupa, porque creo que es lo que nos permite seguir teniendo optimismo en el país, que son las comunidades de paz en medio de la guerra. Me llama mucho la atención que la primera comunidad de paz que se constituyó



en el Carary, tomó como primera acción no denunciar. Al comienzo no entendía eso porque me parece como antisocial, o sea, es como si una comunidad dijera: "Si me amenazan y si me matan no denunciarnos". Pero después entendí el profundo mecanis-

mo; ellos decían: "Si yo voy y denuncio, no sólo no logro que el Estado intervenga, sino que rápidamente me vuelvo parte del conflicto sin tener ninguna solución. Lo que tenemos que hacer es convertirnos en poder, y la comunidad se convierte en poder y en un mecanismo de justicia (no de justicia armada) que defiende la interdependencia". Yo les decía ahora: "la justicia es, simple y llanamente, defender la reciprocidad". Entonces, si logramos crear ese sentido de justicia en la comunidad, seguro que va a haber una conciencia colectiva y una presión con el gesto, con la palabra, hacia el que está maltratando. Y por supuesto se va a sentir obligado a cambiar su comportamiento. Creo que ahí nosotros podríamos hacer algo desde la dinámica de la autogestión. Además de todo el optimismo que puedo mostrar con mis palabras, yo soy muy realista. Veo la situación de Colombia y de América Latina con espanto, se nos impuso un modelo absolutamente despótico. Nunca ha habido tanta miseria y tanto despotismo en América Latina como en estos años, y nada nos asegura que esto no se vaya a profundizar, es decir, se está rompiendo sin misericordia, eso lo estamos viendo en el país desde hace diez años, se está rompiendo al país desde cualquier precio, con una lógica de banqueros financistas a los que lo único que les interesa es trasladar el capital a donde rinda. Y simple y llanamente, como quienes están diseñando los programas económicos en América Latina ya tienen casa

en Miami o en el Mediterráneo, pues cuando esto revienta, ellos se van para allá. La matriz de seguridad alimentaria de este país, la matriz social, la matriz educativa, todo está reventado. La matriz educativa; desde los últimos diez años, desde el gobierno de Gaviria. Se ha dicho sistemáticamente que en Colombia no hay condiciones para que no crezca la guerrilla ni la violencia: falso. Nunca ha habido mejores condiciones en América Latina para que esto reviente, y lamentablemente se revienta de la peor manera. Cuando alguien decía: "Los dos grandes problemas, desempleo y falta de afecto", a mí se me hacen que están muy bien puestos. Es decir, es un desamor social y es un desamor interpersonal, es un maltrato enorme, es un despótico y es una dirigencia despótica que simplemente mira la macroeconomía.

Yo lo que veo ahí es que, o somos sujetos pasivos de este proceso, o nos convertimos en sujetos activos. Pero creo que también muy fácilmente entramos en falsas peleas de aparato contra aparato. En Toribio, por ejemplo, yo estuve analizando toda esta comunidad de Paz de Toribio. Me llamaba mucho la atención cómo ellos se constituyeron, incluso como una red de consumidores. Ellos deciden qué productos consumen. Están dándole en el corazón al poder económico internacional. Entonces son ciudadanos que se empoderan, que se apropian de su espacio y que reconstruyen su espacio. Realmente creo que ésta es la única alternativa que nosotros tenemos, es decir, contamos con la cantidad de gente que no tiene pasaporte y que no va a poder salir de este país y con toda la gente que están reventando en América Latina. O somos capaces de afirmarnos en dinámicas comunitarias, o simple y llanamente pasa

cualquier cosa, como lo que pasó en la antigua Yugoslavia: si se daña mucho, viene un poder y nos reparte.

Partiendo de esto, a mí se me hace que debemos reconstruir esas redes cotidianas que son supremamente importantes. Y ahí veo simultáneamente una acción política y una acción de Salud Mental; las veo similares. ¿Qué es ser ciudadano?: es tener un poder, ejercer ese poder y tener una potencia, por lo menos, para decidir frente al barrio. ¿Qué es tener Salud Mental?: es tener un poder en las relaciones interpersonales. Uno reconoce a una persona reprimida porque es alguien que se repliega sobre sí misma y no es capaz de dominar el espacio que la rodea. Uno reconoce a un ciudadano que ha perdido su perfil porque no es capaz de defender sus derechos básicos. Para mí, Salud Mental es no sólo recuperar ese poder de gestión en lo interpersonal, sino también recuperar simultáneamente esa acción ciudadana. Lo que pasa es que aquí estamos atrapados, creo yo, en malos y viejos discursos desde todo punto de vista.

Me encanta la pregunta que hizo Manuel sobre la Salud Mental y el paro. De verdad yo me la hice y yo llamé ayer, no sé quién me contestó, pero dije: “Yo no sé mucho de maestros, pero quiero preguntarles: ¿hay un paro nacional de maestros, será que es conveniente que yo vaya a hablarles de Salud Mental?” No sé si aquí está la persona que recibió esa llamada, pero trató de consentirme y de decirme que no me sintiera tan angustiado. Esta pregunta del paro es muy buena porque no le podemos dar la espalda a una situación de conflicto, pero yo podría responder por la mejor vía y me lo respondería a mí mismo, es decir, con lo respetuoso que soy, hago unas dinámicas de propuesta. Lo

que pasa en Colombia es que nos vamos autocensurando y autocallando y yo creo que es un buen momento para hablar de ternura y hablarlo como una manera de manejar el conflicto, porque finalmente, si el paro responde a un conflicto, ese conflicto va a continuar.

A mí se me hace que entender todo esto como una lucha es importante, y me meto un poquito en lo del castigo. A mí se me hacen muy tramposos los adultos que aparentemente ceden espacio, porque yo no creo que eso sea así.

Recuerdo que los profesores que dejaron marca en mí eran los profesores apasionados. Y los amores que dejan marca son los amores apasionados. Esos amores como babosos, plásticos, esos no dejan nada. Es rico que a uno lo quieran con ganas, que lo deseen con ganas. Con todo el respeto, a veces creo que los maestros son como vampiros. Esto lo digo con mucha ternura, porque tienen un conocimiento que está muerto. Es decir, el conocimiento de alguna forma está acumulado y está en libros, y uno necesita de cuerpos jóvenes para que lo reproduzcan. Uno espera con ansiedad que lleguen esos cuerpitos jóvenes y les manda el diente y les trasmite el conocimiento, pero uno quiere que ellos lo porten en esos cuerpos jóvenes y lo rejuvenezcan, es decir, uno quiere que los conocimientos que se les transmiten cobren vida. Yo digo que para eso también se necesita de ternura, es decir cuando hablo de que la educación es un aparato de domesticamiento, pues a veces hay palabras duras que uno trata de endulzar. Uno puede decirlo, pero simultáneamente debe tener una delicadeza. Por eso a mí me gusta hacer unas distinciones, por ejemplo entre agresión y violencia. Miren, si yo voy por la calle y alguien

me toca de mala manera, sin darme cuenta me volteo y de pronto le pego un golpe. Es decir, trato de defender mi espacio y eso es agresión. Pero es posible que en el aula yo esté muy sonriente. En todas estas películas de capos ellos nunca hacen mala cara. El Padrino siempre sonríe y mueve un dedo y mata a alguien. Eso es increíble; uno ve a los españoles que gritan y pelean, pero nunca hacen nada. Una vez vi una pelea de negros en el Cauca, era impresionante, el negro y la negra se sacaron machete y duraron más de quince minutos así. Se iban a matar y estaban en una danza, después dejaron el machete y siguieron y yo decía que era como divertido, es decir, hay como un juego. Acuértese de que hay una relación muy estrecha entre el deporte y la agresión, incluso entre la sexualidad y la agresión. Uno de los bellos descubrimientos del psicoanálisis es que cuando los niños ven por primera vez el acto sexual de los padres creen que ellos están peleando. Y pues pónganse a ver eso y vera que sí, es decir, uno tiene que ponerle mucho sentido para creer que están haciendo otra cosa. Pero uno salta encima del otro, gimen, gritan y el niño se angustia porque se van a matar. Pero ¿cuál es la diferencia? Uno puede decir que allí hay fuerza, pero allí no hay violencia. Ni si quiera la hay en los mismos negros que se amenazaban con machete. ¿Qué es la violencia? Hay violencia cuando yo, explícitamente, quiero aplastar al otro. Y eso lo puedo hacer muchas veces, incluso, sin gestos agresivos.

Empecé como profesional con jóvenes psicóticos, pues a mí me habían enseñado que los psiquiatras deberíamos ser muy cuadrados, aferrarnos a la silla, ser impávidos, no expresar grandes sentimientos y todo esto que se llama

psicoterapia. ¡A mí me mandaban unas royas! Me acuerdo de un muchachito que me mandaron que me destruía todo, me dañaba todo y yo quieto, impávido, y cuanto más quieto me quedaba, más ira le daba. Y entonces me empezó a tirar y a aruñarme y yo impávido. Y me volvió como un nazareno. Créanme, hasta ahí me llegó la formación psiquiátrica, porque se me salió el ser humano. Ya como a la semana, él se me tiró y yo me le tiré y desde ahí en adelante nos pasamos como dos años en terapia, revolcándonos en el suelo. Simple y llanamente yo empecé a hacer con él lo que yo hacía de joven con mis amigos, que era jugar fuerte. Lo mismo que hacen ahora los muchachos con el pogo. Lo que él estaba buscando era un contacto corporal intenso y ese contacto corporal intenso fue muy rico porque era un juego de hombres. En determinado momento, era fuerte y nos hacíamos durito, pero pare ahí, empecemos otra vez. Ahí no había violencia. Entonces creo que hay un juego de fuerzas al que uno no se puede negar, y esa fuerza que yo pongo limita pero no ofende, es decir, una cosa es castigar y ofender y otra limitar. Yo creo que cuando el alumno le mide el aceite al profesor, debe saber quien es ese profesor. Me gusta mucho la figura del beso mordelón, porque es un beso supremamente peligroso. Entre otras cosas, además de los labios que son blanditos, suavitos y resbalosos se utilizan los dientes que son filudos, cortantes. Y sucede que cuando uno da el beso mordelón generalmente lo hace a alta velocidad, en situación de apasionamiento, sin testigos, con la luz apagada y en ese momento de altísima velocidad a uno se le puede ir el diente. Yo he leído en El Espacio, no sé si lo hacen por vender, "Amante arrancó oreja a su amada". Lo que quiero decir es que cuando el beso mordelón no termina en lesiones personales, es el

mejor beso del mundo porque fue con fuerza, pero con delicadeza.

Un buen abrazo con ganas es impresionante, pero si a uno le fracturan las costillas, ya no lo es. Creo que la sanción, es decir, cuando uno sanciona y viene una autoridad, uno está haciendo un ejercicio de fuerza y está limitando, pero bajo ninguna circunstancia puede romperle una costilla ni del cuerpo ni del alma, porque eso no tiene sentido. Eso es crueldad, esos son los sistemas de crueldad y de terror que hasta hace doscientos años estaban vigentes en Occidente cuando se torturaba dentro de los procedimientos judiciales. Creo que eso sí lo debemos erradicar por completo, pero debemos entender que seguimos en un juego de mutua limitación y es ahí donde viene fuerte esta figura de la ternura.

Ante el problema del despecho, ¿qué es el despecho? Si ustedes esta noche se ponen a escuchar canciones de despecho, se darán cuenta. Todo despechado o despechada es básicamente un idealista o una idealista que anheló el amor ideal, el amor puro y transparente, e incluso, una vez en su vida confió. Pero apenas confió salió la traicionera y el traicionero y lo apuñaleó por la espalda. Y desde entonces sigue soñando con ese amor inocente y transparente, pero no confía. Es decir, el despechado o la despechada siguen anhelando un mundo mejor, pero en la vida cotidiana se bloquean. Y por supuesto, cuando yo anhele un ideal pero en la vida cotidiana me niego a confiar en la persona que está a mi lado, la degrado. En vez de alzarla hacia el ideal, la degrado y sueño con un amor de primera categoría, pero me contento con un amor de tercera cate-

goría. Eso nos pasa a los colombianos con la política y es por eso que digo que aquí tenemos despecho político. Anhelamos unos líderes políticos excelentes y elegimos unos de tercera categoría impresionantes. Eso también nos pasa con el trabajo y nos pasa con el país. Queremos un país hermosísimo, pero cotidianamente legitimamos unas cosas, porque nosotros somos los que legitimamos cotidianamente lo que acontece. Es decir, lo que tenemos en las zonas donde se da, en los barrios lo legitimamos, en los campos. Hay legitimación social para lo que hacemos. En el amor también es así, y perdemos la posibilidad del vínculo cotidiano. Hay algo muy importante en la misma conceptualización del amor: no se puede encontrar el amor en cualquier parte, ni darlo en cualquier parte, pero no cualquier tipo de amor en cualquier parte, es decir, lo que yo le pido a mi pareja no lo puedo ir a pedir en el colegio o en la escuela porque se me arma un enredo, y menos lo puedo pedir en la calle. Al revés, hay cierto afecto y cierto cariño que usted encuentra en el trabajo y que no lo va a encontrar en la pareja, y si usted pretende que la pareja le dé además eso, pues la pareja revienta.

En cada contacto interhumano, con cada persona que nosotros nos encontramos, uno no se da cuenta del milagro que acontece. Allí hay una persona singular, pública que está al lado de uno y con la que uno puede establecer un vínculo amoroso y también una red de solidaridad. Eso nos pasa con los niños y con los jóvenes: de lo que se trata es de aprender a redescubrir esa riqueza que nos han expropiado y nos han quitado. Sólo si somos cotidianamente capaces de redescubrir esa riqueza, vamos a tener fuerza para hacer la resistencia cultural al despecho, que es una



especie de orden, de indulgencia amorosa. Yo soy quindiano y toda mi vida me levanté escuchando esa música que ustedes saben. Recuerdo que había un dicho: “La vida es un tango y el que la baila es un bobo”. Yo me daba cuenta de que cada vez que escuchaba esa música de despecho de los novelones amorosos tan impresionantes, se me empezaban a despertar en la garganta ganas de aguardiente. Eso viene con toda una dinámica cultural. Esto es impresionante porque uno anda despechado y encuentra red de despechados. Pero uno no encuentra red de solidaridad para manejar mejor su relación de pareja: apenas uno tiene su primera pelea con la pareja le salen todos los cuentos. “No pues, yo no le había contado...”, es decir, hay como toda una red para hundirnos mutuamente y para contarnos una historia que fortalece el despecho. Cuando uno va a ciertas reuniones en donde después de las doce de la noche empieza la música del despecho, a uno le toca inventarse un despecho, es decir, es como bobo, si usted no tiene un despecho ya como que los amigos empiezan a mirarlo mal. Entonces uno se inventa un despecho como por cortesía, como para poder llorar con los otros. Estoy seguro de que ustedes viven el lamento colectivo y la impotencia colectiva en lo laboral. Lo viven como maestras y maestros, es decir, hagan la prueba, es mucho más fácil sentarse con un conjunto de despechados a criticar todo, que empezar a hacer propuestas. A uno le dan garrote como el Lloroncito.

Esto es porque hay una resistencia colectiva al cambio y esa es una de las cosas más complicadas que ha pasado en Colombia y tiene que ver con la Salud Mental. Nosotros

tenemos que asumir una actitud de insurgencia en todos los niveles, es decir, recuperar ese espacio laboral, amoroso, interpersonal que se nos ha expropiado y ser capaz, en medio del dolor y de las dificultades del país, de acoger este dolor, acogerlo con ternura, pero transformándolo en potencia. Hay que transformarlo en fuerza y en algo que uno se represente y que pueda ser en su ámbito cotidiano. Por supuesto, si además tiene una proyección social y política también hay que hacerlo en ese ámbito. Y al hacerlo, uno da cierta resistencia cultural colectiva, es decir, no todo se soluciona en lo micro, en la relación inmediata, porque finalmente somos ciudadanos y tenemos que tomar decisiones políticas sobre este país. Tampoco hemos sabido tomarlas en profundidad, pero por lo menos sí tenemos que tomar decisiones sobre ese ámbito próximo, y es allí donde a mí se me hace que cuando uno extiende la mano, abarca ese mundo con la mano extendida, y entonces decide, finalmente, salir de la depresión y asumir un lugar de potencia. Salir de esa actitud de despecho, de esa actitud de replegarse sobre sí mismo atemorizado y de reconstruir esas redes. Para asumir esa actitud de potencia en un mundo conflictivo, uno asume como eje central el valor de la delicadeza y combate. Pero es delicado y de alguna manera, eso es asumir una cierta vulnerabilidad, pero también es afianzarse en unos valores civiles y de respeto. Entonces uno es capaz de tener la certeza para reconstruir sus redes, y de pronto es muchísimo más importante reconstruir esas pequeñas redes.

Todos los colombianos, y ustedes que están aquí, creen en la palabra. Es decir, si en medio de un paro y en medio de una guerra estamos aquí hablando de Salud Mental y de

ternura, es porque ustedes son muy raros y muy raras. El problema es que hay cantidad de raros y raras. A mí no me alcanza el tiempo para ir a encuentros de raros y raras, y yo digo: "Será que existimos, será que no existimos". Priendo la televisión a las 7:30 y esto no sale y pienso que hay otras cosas más importantes. Pero como estoy en contacto permanente con esto, como lo están ustedes y como lo estamos todos, creo que de lo que se trata es de tener certeza de lo que tenemos y de lo que hay que potenciar. Finalmente, tenemos un mal cuento de lo que nos acontece, pero si nosotros somos capaces de potenciar esas redes cotidianas y de apostarle a eso con certeza, pues miren: somos miles los colombianos invisibles que estamos trabajando por la honestidad en este país del desastre, que estamos trabajando por la solidaridad, por la democracia, por la justicia y con todas las ganas del mundo. Lo que pasa es que no nos representamos adecuadamente y no nos convertimos en espacio colectivo. Tenemos que hacer algo por nosotros. Me parece muy importante crear redes de apoyo entre los maestros. Si somos capaces de construirlas y de hacerlas visibles con unos acuerdos éticos mínimos, nos fortalecemos y hacemos esa resistencia cultural al despecho y decimos: "Esta vida es una sola y a esta vida le vamos a dar calidad, incluso en las peores condiciones vamos a luchar por esa poca calidad de vida". Yo estoy seguro de que no sólo somos capaces de resistir esta tempestad del país, sino que además nos volvemos mejores ciudadanos. Pero creo que ese cambio de actitud hay que gestionarlo y negociarlo en inmediatez, como un cambio mental y político, a la vez de Salud Mental pero también de participación ciudadana. Creo que quienes estamos en contacto con niños y jóvenes tenemos una ventaja, una

enorme ventaja, y es que ellos nos traen vida. La diferencia entre un niño y un adulto es que los adultos nos respetamos nuestras neurosis y por eso somos aburridos, y el niño se las irrespeta a uno todo el tiempo y por eso son divertidos. No nos pongamos a pelear con ellos que son el ventarrón que nos desorganiza. Entendamos, con mucha ternura, que somos vampiros viejos y cansados que finalmente necesitamos hacer un pacto con esa nueva vida que llega. Pero no agotemos esa nueva vida que llega. El pacto de los que ya hemos vivido un poco y estamos un poco cansados y tenemos pequeños poderes a los que estamos aferrados, porque si los soltamos nos morimos. Tenemos que entender la emergencia de una nueva vida y tenemos que querer y amar esa nueva vida. Sólo si queremos y amamos esa nueva vida, si no nos dejamos meter en esquematizaciones, seremos capaces de transmitir con certeza estos valores a esos jóvenes. Porque, en medio de todo como decía Manuel, yo confío en ellos. Es impresionante ver cómo en medio de tantas dificultades los jóvenes y los niños en Colombia van para adelante con tanta certeza, incluso de la paz en medio de la guerra. Ellos nos dan vida. Estamos un poco parapléjicos y en vez de dedicarnos a cogerlos a bastonazos vale la pena tener ese pacto de Salud Mental que no es por ellos, sino por nosotros.

En el caso de la maestra, en donde ella le ofrecía la vida y él en su berrinche la negaba, a mí me parece que los adultos a veces estamos en un berrinche contra esos niños. Y esos jóvenes dicen: "Ah, es que no están motivados, no tienen pasión". Me pongo a ver esta generación absolutamente apasionada, además con un abanico de pasiones enorme y lo que pasa es que no nos dejamos seducir y enganchar

por ello. Entonces estamos en nuestro propio berrinche y consideramos que ese berrinche es nuestra verdad. La Salud Mental es tender ese puente, porque finalmente a uno no lo cura sino una cosa: el amor. Cuando ustedes van a donde un psiquiatra, él no los va a curar. Él les va a dar ciertas pisticas para que vuelvan a encontrar el amor en la vida. Sólo la vida cura, pero eso lo puede hacer uno mismo si coge esas pisticas y las pone en práctica.