

"DE LA TRISTEZA A LA CREACION": COLECTIVO DE SALUD MENTAL MUJER (1990-1997)

Susana Cubillos

Memoria de tres mujeres, Neomicia Lagos*, Maria Montañéz** y Susana Cubillos***, médicas psiquiatras, participantes del equipo del Colectivo en distintas instancias y modalidades, que contribuyeron a su expresión como un lugar terapéutico que acogiera a mujeres de distintos sectores, afectadas por su enraizado condicionamiento en el rol social y por 16 años de dictadura militar.

Recordar es "volver a pasar por el corazón", y desde allí traemos a la memoria al Colectivo de Salud Mental Mujer para compartir una experiencia que pudiera aportar a la construcción cultural que hacemos en nuestros andares de mujeres.

Corría el año 1988 cuando el proyecto "El enfoque terapéutico desde una mirada específica de mujer", pretendía crear un espacio desde donde desarrollar en la práctica un modo específico, diferente, para acercarnos a los problemas emocionales de las mujeres.

El largo amordazamiento de la sociedad chilena en su conjunto, el horror soterrado, y los perversos espejismos de la sociedad de consumo, relegaban la humanidad a las trincheras clandestinas y la solidaridad popular en la lucha por la sobrevivencia. En parte, la dictadura se sostuvo en base al diazepam, que se prescribía a pasto en los consultorios del país y se vendía libremente. En el gran Santiago, según estudio del Corsaps realizado en 1985, la dependencia a estos tranquilizantes (benzodiazepinas) ascendía a un 4,1% de la población, mientras el promedio mundial estaba entre 1 y 1,5 %. Las mujeres de la muestra no solo consumían los tranquilizantes en una proporción el doble que los hombres, sino que lo hacían en modalidades más perjudiciales (de abuso y dependencia), constituyéndose además como modeladoras del abuso, superando al padre en una proporción de 28 es a 1.

Así se creó el Colectivo de Salud Mental Mujer, en la comuna de Ñuñoa, en pleno inicio de "la alegría ya viene", en medio de las incertidumbres y contradicciones que acompañaban la alegría enunciada. Con la fuerza de un movimiento de mujeres actantes, unidas frente a un enemigo común, la propuesta feminista de "democracia en el país y en la casa" alentaba las iniciativas de este tipo. La autonomía del proyecto, el concepto vigente de salud mental, y la consolidación de un equipo de formación heterogénea en una perspectiva de relaciones horizontales, en todos los dominios de acción del proyecto, fueron los primeros desafíos a enfrentar.

Anamaría Díaz fue la gestora inicial, luego de su participación en una iniciativa similar en Alemania. Su experiencia allí le permitió una formación que era inédita y atractiva para nosotras y nos abrió la posibilidad de intentar un largo y ansiado deseo de cambio en la forma de mirar y tratar la salud mental de las mujeres. Este proyecto implicó el apoyo económico de Instituciones alemanas, que ella obtuvo y que cubría entre el 50 y el 75% de los costos, financiándose el resto con el pago que las mujeres hacían.

Fuimos muchas las mujeres que nos beneficiamos de este hacer juntas, terapeutas y consultantes. Inicialmente el equipo estuvo formado por 5 mujeres profesionales, ligadas al área de la salud mental, las que en su mayoría se juntaron desde su interés laboral y político. Se abrió un espacio de acogida a toda mujer que necesitase ayuda psicológica y que desease explorar su malestar e implicarse en sus procesos de crecimiento. Se ofreció apoyo a colectivos de mujeres de sectores populares y establecimos contactos con otras iniciativas similares en Santiago en ese período, como la Casa Sofía, la Casa Malén y Domos, como también con el Consultorio de Salud de la comuna. La necesidad de un espacio terapéutico con estas características era y es aún enorme.

El propósito fue "desarrollar una teoría y una práctica a partir del pensar, del hacer y ser de las

mujeres.." en una estructura no jerárquica, con un estilo basado en el respeto "con reconocimiento y aceptación de nuestras diferencias e integración de nuestras múltiples habilidades e intereses". La intención era la proposición de modelos alternativos al modelo médico prevalente, que promueve la posición de subordinación y dependencia de la mujer, modelo que se extiende al área de la salud desde la socialización y la estructura patriarcal existente. Un objetivo central era ayudar a recuperar y fortalecer la confianza de las mujeres en sus propias capacidades y transformarlas en una potente arma de sanación y crecimiento. Privilegiamos estimular "la creatividad y la fuerza que emerge en los espacios grupales" a través de talleres temáticos que recogieran los problemas centrales del malestar de las mujeres.

La potenciación de la "capacidad sanadora en la diada mujer-mujer" en la atención individual, fué practicada cuando era necesario.

Se propuso desarrollar líneas de investigación que fuesen mostrando lo importante y pertinente para la propuesta alternativa en la comprensión integral de la salud.

Una experiencia enriquecedora se dió en las sesiones de supervisión colectiva, una vez a la semana, con participación ocasional de invitadas/os de distintas disciplinas que contribuyeron a expandir la mirada y enriquecer el quehacer terapéutico. Era un espacio para que las terapeutas presentaran las dificultades de la práctica clínica, incluida su propia experiencia emocional. Esta actividad nos condujo a profundizar en sesiones de estudio los temas y la metodología empleada. La sistematización teórica realizada por las terapeutas feministas Argentinas por ejemplo, fueron un excelente referente, junto a muchas otras latinoamericanas, europeas y norteamericanas. Magnífico escenario de discusión y revisión, con respeto a las diferencias y errores, de una buena disposición frente a las enseñanzas y sugerencias de todas y para todas. Muchas veces quedaron expuestas nuestras falencias y nuestra vulnerabilidad, sin que jamás hubiese un desmedro para nadie. Nuestra impresión es que se dió aquí el clima más propicio para aprender, crear, compartir y practicar formas diferentes de superación de los conflictos emocionales tanto para las integrantes del equipo de trabajo como para su aplicación en nuestro quehacer. La acogida afectuosa de todas para cada una nos hizo sentir que el afecto y la aceptación son el modo como se dibuja la relación en una red que abre la posibilidad a una convivencia creativa y una instancia de cooperación en la acción del pensar y el ser.

De todos estos años de trabajo en el Colectivo surgieron nuevos enfoques para abordar problemas como los trastornos del comer, la sexualidad, el stress, la angustia y la depresión, los conflictos de pareja, laborales y relacionales, y la angustiante realidad de la violencia contra las mujeres, los niños y niñas. Todo el grupo estuvo muy cercanamente coordinado y enriquecido con aportes altamente originales. Una mirada puesta en el cuerpo como territorio de sanación, desde la emoción a la acción, fue una excelente contribución, en que se hacía claro que el cuerpo no sólo "habla" sino que se "percibe" y se "habita".

Pero ¿cual fué la particularidad de este espacio y su modo de trabajo? ¿Qué aportes hace el feminismo en esta área?

La distinción esencial del feminismo es que afirma a las mujeres en el protagonismo en la construcción de su propia historia y problematiza las relaciones de poder, en los espacios íntimo, privado y público. Esto llevado al espacio terapéutico nos condujo a las siguientes innovaciones. Primero asumir la no neutralidad de la terapeuta cuando se enfrenta a la consultante con quien comparte una realidad contextual común; pudiendo reconocer en la historia de ella algo de la propia historia. Segundo, otorgar el mismo valor a los afectos, al cuerpo y al pensamiento, integrando la experiencia en el trabajo terapéutico en toda la gama de registros humanos. Tercero, otorgar igual valor a diferentes técnicas terapéuticas, no concediendo poder a una sobre otra. Un cuarto aspecto es el valorar el poder del proceso compartido, como un espacio de intercambio de saberes y de reflexión colectiva, donde el expertizaje de la terapeuta no es mas que otro elemento en circulación.

La terapia conduce a la exploración del propio estilo de vida, creencias, mitos y relaciones con otros y consigo misma, integrando el contexto sociohistórico. Se hace conciencia que el trabajo que cada una realiza no sólo es en beneficio personal sino que nutre al conjunto de las mujeres. Ejercita la transformación de la histórica y cultural rivalidad entre mujeres en reconocimiento y solidaridad en el tiempo presente.

Trayendo a la escena las ancestras originarias, recuperamos la incorporación de los ritos como espacios de sanación colectiva. En conexión con el espacio íntimo de la espiritualidad humana, utilizamos el poder simbólico de los elementos, el agua, el fuego, como depuradores y potenciadores en el proceso terapéutico grupal. La reapropiación de estas prácticas, nos pone en una vía directa a la conciencia y potencia interior, desde la cual las re-significaciones reparadoras y las re-simbolizaciones actúan poderosamente sobre las distorsiones cognitivas y afectivas que han marcado nuestra historia.

Acentuaremos en este propósito dos espacios centrales donde pensamos era necesario operar los cambios. Uno a nivel de la persona, que llamaremos terapéutico y otro a nivel de las relaciones colectivas, que llamaremos político. Recordemos que desde la teoría y la propuesta feminista lo personal es político, así, lo terapéutico lo impulsábamos desde una opción y óptica política y los procesos político-sociales- como el movimiento de mujeres y feminista- habrían de tener efectos de apoyo y resonancia en el desarrollo más saludable de las mujeres. Por lo tanto nuestra presencia en ese espacio de militancia, de construcción de movimiento social era muy importante. Sin embargo el movimiento enfrentaba como todos los demás la política de los partidos de la concertación de "no es tiempo para movimientos sociales" y asistía a un difícil proceso de división interna en torno a la cuestión de la autonomía, que se prolonga hasta el presente. El movimiento de mujeres desarticulado en el tiempo del lobby, perdió su capacidad de protagonismo político, lograda en tiempo de dictadura.

En esta ponencia ahondaremos en el como accedimos al ámbito personal de lo político que nos decía que la intervención descolonizadora había que operarla a nivel de los cuerpos-territorios y en el acontecer de nuestras vidas cotidianas.

Al inicio de un taller trabajábamos ritualmente la preparación del terreno, construyendo un espacio propio, íntimo, protegido, contenedor y sanador. Imaginábamos una analogía con la preparación de la tierra para la siembra, removiéndola, eliminando lo que no sirve, para luego depositar nuestras semillas-deseos-expectativas, expresando todo estas acciones con la mímica del cuerpo.

Iniciábamos una sesión con la pregunta ¿cómo vengo hoy? Dándonos un espacio para los cansancios, las rabias, las preocupaciones, y las satisfacciones que habíamos experimentado durante el día, reconociendo sus huellas en nuestros cuerpos y almas. Luego venía el momento de ocupar el espacio con nuestro movimiento, expandiendo la presencia, desentumeciendo la gestualidad inconclusa y contraída en una acción de soltar las inhibiciones, las autocensuras, el control, para experimentar posibilidades de libertad. Estimulábamos el uso del sonido, la liberación de la voz; la apertura de los sentidos, el juego del caos y el orden, la armonía y la disyunción, los ritmos diferentes, el equilibrio y el desequilibrio, la fuerza y la vulnerabilidad. Luego hacíamos ejercicios de centración de nuestras energías, cada una en su identidad y unicidad.

De acuerdo a la temática de la sesión elegíamos ejercicios de contacto, de confianza, imitación, expresión gestual o juegos en parejas o grupales. Estas dinámicas habían circulado en el país en los encuentros de educación popular, de salud poblacional, talleres de teatro del oprimido, en una riquísima red de acción social de resistencia contra la dictadura, que nutría a los movimientos sociales. Los 6 Encuentros Feministas Latinoamericanos y del Caribe realizados hasta ese momento, fueron también espacios de aprendizaje privilegiados respecto a modos creativos de trabajo con mujeres.

El paso siguiente consistía en un trabajo individual de entrada a la temática del día, que podía ser dibujando, pintando, escribiendo, haciendo un collage, o una imaginería dirigida; para luego

compartir en parejas algo de sí. Aprendíamos a escuchar a la otra, con atención y luego a expresarnos.

Siguiendo la estructura del taller, desde lo individual, a lo diádico y de allí a lo grupal, abríamos un círculo para comentar entre todas la experiencia. Era el espacio y el tiempo colectivo para la significación, la interpretación, el verbo. Para la contención, el compartir las tomas de conciencia, el identificar lo común, el contextualizar. El encontrar razones, raíces, nudos. Espacio de proyección, de agresión, de tranferencias y contratranferencias a ser canalizadas por las terapeutas. Los saberes, dudas, temores, se compartían en el respeto y la libertad de expresión. Muchos años de represión y postergación operaban sobre nosotras. En el ser para otros nos habíamos olvidado que podíamos tener deseos otros que la maternidad, sueños, proyectos. Que había un espacio que podíamos ocupar, un tiempo personal. Las frustraciones y tristezas, podían ser expresadas y nombradas, los miedos y la rabia; aún el sentimiento de desamparo y la violencia.

El viaje continúa por el cuerpo. Reparadores ejercicios de gratificación, placenteros, calmadores, nutricios. Aprendíamos dándonos unas a otras, masajes de pies, de cabeza, de espalda. O una imaginería que permitiera completar el trabajo del día, obteniendo de los propios archivos mnémicos, o del inconsciente colectivo, las claves para significar la experiencia, para la resolución del acertijo, para la decisión postergada. El umbral para el encuentro consigo misma. La ventana para intermediar el pasado y visualizar el futuro. El conjuro al dolor.

Cada cuerpo contiene engramajes, donde se han condensado las energías de sufrimiento, áreas que se activan, se actualizan, por las distintas vías en que ponemos la energía en movimiento; abriéndose así la posibilidad de reconocerlas y liberarlas. Cuerpo y conciencia realizan la alquimia sanadora. Y los soportes de este proceso podemos nombrarlos como la fraternidad, el amor, el gozo.

Al final de la sesión las participantes practicaban su asertividad señalando lo que me gustó, lo que no me gustó y el reconocimiento de algo que me llevo y algo que dejo. El término de un taller incluía trabajos de simbolización, a través de encontrar un objeto donde se resignificaba el proceso y las tomas de conciencia, integrándose en una construcción ritual muy poderosa.

De allí, antes de irnos, una aguita, un café, un jugo. Para nuestra ávida oralidad, para aquella huella indeleble de la teta y del tete, de la maravilla de chupar, de lamer, de morder, de aquella tibieza que calma y que colma.

Cada tema y cada sesión abría al trabajo creativo, siempre nutriendo los sentidos en relación con los elementos, la plástica, la música, el movimiento, la imaginación, el silencio, el juego, para elaborar la historia, el contexto y el símbolo.

La belleza y poder de este trabajo que realizamos, se basa en la complicidad de las terapeutas en su postura política feminista, la formación técnica y la libertad para crear a partir de la certeza de que mujeres y hombres, somos una totalidad marcada profundamente por el agravio de la colonización material y simbólica del patriarcado occidental. La alquimia liberadora ocurre en el territorio del cuerpo expandiendo el alma y el pensamiento, que se abre a las nuevas significaciones, en una historia que continúa y que elegimos cada día.

Primavera del año dos mil uno.

* Neomicia Lagos: 87 años, médica neuropsiquiatra U Chile, Directora Subrogante del Instituto de Neurocirugía de Chile en Septiembre de 1973. Post grados en Inglaterra y Francia. En el exilio trabaja con migrantes en el Centro de Salud de Frankfurt.
volver

** María Montañez Luna: 79 años, médica psiquiatra, U Chile. Post t'ítulos en Biología del Conocimiento y en Salud, Sexualidad y Género, U Chile. En el exilio trabaja en el Centro de Salud

de Pueblo, Colorado y en el Salomon Carter Fuller Mental Health Center de Boston, USA. Integra el Colectivo de Salud de Mujeres de Boston.
[volver](#)

*** Susana Cubillos Montecino: 46 años, médica psiquiatra, psicoterapeuta, U Chile. Post título de Estudios de Género y Cultura en Latinoamérica, U Chile. Ha integrado el Taller de la Mujer de Valparaíso, la Iniciativa Feminista y el Colectivo Feminista Agridulces.
[volver](#)