

«Y... OTROS ESTILOS DE VIDA»

Clara Inés Pazos Serna*

Es grato saber que en la actualidad existen dentro de la psicología una corriente denominada eco-psicología, que se dedica a estudiar la relación del hombre con el medio ambiente.

Esta forma terapéutica en vez de enfocarse en los sentimientos del paciente por su trabajo, su vida amorosa o su familia, intenta colocar en consideración la relación de las personas con la naturaleza y, de esta manera encontrar las posibles causas de los problemas. Se trata de aclarar por ejemplo, si una depresión permanente es producto de las relaciones matrimoniales o un lamento por las especies en extinción. La eco-psicología es hasta el momento un movimiento marginal y, uno de sus representantes es Theodore Rozak, profesor de historia de la Universidad de California, quien dice: «Es probable que una gran cantidad de lo que surge en la terapia como sueños, temores y tristezas tenga origen en el medio ambiente».

A esta forma terapéutica, también se han unido ambientalistas como una forma de entender mejor la opinión de la gente sobre los temas ecológicos; Norman Clemens, Psicoanalista de Cleveland, Ohio, señala que hasta ahora no se conoce ningún caso en que el problema de alguien haya surgido únicamente por el ambiente, excepto que haya provenido de un veneno o una

toxina. Esta terapeuta escucha al paciente mientras habla de los problemas ecológicos, pero aún así sigue esperando encontrar que el verdadero problema tenga que ver con las relaciones humanas o las experiencias de dicho paciente. Otro de los representantes de este movimiento es Allen Kanner, de Berkeley, California, quien actúa un poco diferente, ante un paciente que se quejaba de sueños en los que los árboles gritaban de dolor, investigó el problema y descubrió lo que creyó eran las ansiedades profundas del paciente sobre la destrucción del medio ambiente. Este paciente con el tiempo cambió de vida, pasó a hacer menos compras, se deshizo de la ropa y empezó a reciclar más. Cuenta el terapeuta que el paciente no volvió a soñar esas cosas, pero que aún sigue preocupado por el medio ambiente.

Hay algunos críticos frente a este problema ecopsicológico, como Randall White, psiquiatra de Atlanta, quien dice que por un lado se pueden imponer valores ambientales sobre los pacientes y, por otro, las técnicas parecen ayudar a ciertas personas. Sarah Cooh, psicóloga de West Newton, Massachusetts, otra ecopsicóloga, prefiere no ser rotulada así para evitar interferencias.

De este enfoque de la ecopsicología han surgido otras formas como tratamientos en medio de la naturaleza

* Psicóloga Universidad del Valle. Especialidad en teorías y métodos de investigación en psicología. Profesora departamento de psicología. Universidad Antonio Nariño.

que pueden durar semanas. Otros terapeutas intentan llevar este enfoque a los escenarios urbanos, William Colahan, un terapeuta ecogestalt, dice que hasta con gente que no tiene casi contacto con la naturaleza, les hace énfasis en que aún hay contacto con el aire que respiramos y que viene de las plantas. Uno de los pacientes de Colahan quien presentaba ataques de ansiedad durante dos años asistió a terapias y desarrolló gran interés por la jardinería, la cual está muy orientada hacia los procesos que reflejan de la vida; de esta forma le resultó más fácil enfrentar la muerte de varios de sus amigos, pudo superar esas muertes porque logró comprender que era parte del proceso de la naturaleza.

El otro punto a considerar es a escala mundial. Un informe presentado por la Comisión Permanente del Pacífico Sur, tomando como referencia el «Curso sobre la evaluación del impacto ambiental y de la salud, de los proyectos de desarrollo» en México desde 1986, donde se analiza la tendencia de los problemas ambientales y de salud con relación al grado de desarrollo de los países; señala que dichos problemas son graves en los países en desarrollo. Por lo tanto queda clara la necesidad de emprender una acción decidida, que tienda a adquirir dimensiones suficientes en las épocas venideras. Se considera que las consecuencias que el proceso de desarrollo tiene en el medio ambiente pueden evitarse mediante una mejor planificación y regulación. Así los países en desarrollo tienen la oportunidad de beneficiarse de las experiencias ecológicas y de desarrollo sostenido adquiridas por los países más desarrollados. Es imperante la necesidad de establecer salvaguardas y normas adecuadas al planeamiento y preparación de todo proyecto.

Otro punto de vista importante es el planteado por Gustavo Wilches en el texto «la letra con risa entra» (1996), el cual enriquece esta propuesta de pensar en el medio ambiente, desde una visión interdisciplinaria. El documento plantea una visión ecologista; al referirse a la homeostasis y la formación del profesional integral, resalta cómo en la comunidad humana, como sistema vivo que es, operan mecanismos homeostáticos o de autoregulación encargados de «ajustar» la estructura y el funcionamiento del grupo social de acuerdo a circunstancias cambiantes del medio interno y del mundo circundante. La capacidad de la comunidad para evitar las crisis, depende de la agilidad, flexibilidad, oportunidad y eficacia de dichos mecanismos en su tarea por adecuar los ritmos de transformación social a las exigencias del momento histórico o de los cambios ambientales. Define la formación del profesional integral como «el proceso mediante el cual la

persona adquiere y desarrolla de manera permanente conocimientos, destrezas y aptitudes, e identifica, genera y asume valores y actitudes para su realización humana y su participación activa en el trabajo productivo y en la toma de decisiones». Señala como la manera de lograr esta visión es a través de tres aprenderes: aprender a aprender, aprender a hacer y aprender a ser. Al referirse a aprender a hacer dice: «en el momento de la calidad pura, el sujeto y el objeto son idénticos. Es esta identidad la que se encuentra en la base de la artesanía, de todas las artes técnicas y es esta identidad la que falta en la tecnología moderna, concebida en su forma dualista... la manera de resolver el conflicto entre los valores humanos y la tecnología no es huir de la tecnología, sino rompiendo las barreras del pensamiento dualista que impiden comprensión real de lo que es la tecnología, no una explotación de la naturaleza sino la fusión de la naturaleza y del espíritu humano en un tipo de creación nuevo que trascienda a ambos cuando esta trascendencia tiene lugar en acontecimientos tales como el primer aeroplano o los primeros pasos a la luna, hay una especie de conocimiento de que la trascendencia también debería tener lugar a nivel individual, sobre la base personal de nuestra propia vida...»

BIBLIOGRAFIA

1. Wilches Gustavo. La letra con risa entra, Editorial FES. Serie construyendo el mundo. Cali, #21, 1996.
2. Roszak Theodore. Libros: *The Voice of the Earth* (Touchstone Books), y *The Memoirs of Elizabeth Frankenstein* (Random House and Bantam Books), Editor of *Ecopsychology: Restoring the Earth, Healing the Mind* (Sierra Club Books), 1995.
3. Capra Fritjof, *The Web of Life*, New York, Doubleday Anchor Books, 1997.
4. Clinebell Howard, *Ecotherapy: Healing Ourselves, Healing the Earth, A Guide to Ecologically Grounded Personality Theory*, New York, The Haworth Press, 1996.
5. Devereux Paul, *Re-Visioning the Earth: A Guide to Opening the Healing Channels Between Mind and Nature*, New York, Fireside-Simon and Schuster, 1996.
6. DuNann Winter Deborah, *Ecological Psychology*, San Francisco, Harpercollins, 1995.
7. Thomashow Mitchell, *Ecological Identity*, Cambridge, MIT Press, 1995.
8. Ecopsychology On Line: <http://www.isis.csuhayward.edu/ALSS/ECO/index.html>