

# Familias en la radio.

## *Families on the radio.*

Javier Alejandro Kuhalainen Munar.

Psiquiatra adjunto en el Hospital Comarcal de Inca (Mallorca).

Responsable del programa de familias del Área de Salud Mental Tramuntana (Mallorca).

**Resumen:** El presente artículo transcribe la respuesta a una pregunta sobre la psicoterapia de grupos que se me hizo en un programa matinal de una radio local. También quiero compartir mis reflexiones acerca de la importancia de explicar, divulgar y justificar la necesidad de los espacios psicoterapéuticos en el ámbito de la Salud Mental Pública.

**Palabras clave:** psicoterapia, grupo, medios de comunicación, radio, familia, COVID.

**Abstract:** The present article transcribes the answer of a question about group psychotherapy that was made to me in a morning local radio program. I also want to share my reflections about the importance of explaining, divulging and justifying the need of psychotherapeutic spaces in the field of the Public Mental Health.

**Key words:** group, psychotherapy, mass media, radio, family, COVID.

El pasado mes de febrero de 2023 se organizó una entrevista para la radio pública de las Islas Baleares. A ella fuimos convocados los conductores de los grupos psicoterapéuticos y psicoeducativos que llevamos organizando de forma continuada desde 2018 (1), y uno de los familiares que acuden regularmente, en estos momentos, a uno de los espacios psicoterapéuticos.

Por motivos de horario de la actividad y mi compromiso en la organización de un espacio de docencia en el hospital, no podía participar en directo, y se me propuso grabar una respuesta a una pregunta de la periodista. A continuación, presento la transcripción de la misma y una serie de reflexiones acerca de la importancia de explicar, divulgar y justificar la necesidad de los

espacios psicoterapéuticos en el ámbito de la Salud Mental Pública.

*Pregunta: “¿Qué ventajas cree que tiene, desde el punto de vista de la psiquiatría, la realización de grupos para familiares, tanto para los familiares como para los pacientes?”*

*Respuesta: “Más que ventajas de las intervenciones clínicas psicoterapéuticas con familiares de personas afectas de un Trastorno Mental Grave preferiría hablar de oportunidades.”*

*Los espacios grupales que ofrecemos son la oportunidad, a través de nuestro compromiso profesional y una continuidad de cuidados, de crear espacios de confianza y cooperación entre personas que han atravesado múltiples*

*experiencias traumáticas desencadenadas por episodios de crisis o agravamientos de la enfermedad mental que sufren uno o varios seres queridos de sus familias.*

*Generada esta confianza y cooperación, se ponen en marcha mecanismos psíquicos propios que permiten restaurar vínculos sanadores entre las personas enfermas y sus familiares.*

*Muy poco se habla del vínculo últimamente en los medios y también se echa en falta en los lugares donde se deciden estrategias para promocionar la Salud Mental.*

*Sin embargo, no podemos dejar de lado el hecho que cualquiera de nosotros existimos porque quienes nos precedieron, los que nos criaron, y los que nos acompañan así lo han deseado. Las experiencias que se atraviesan a lo largo del curso de una enfermedad mental grave pueden dañar e incluso romper el vínculo que une al enfermo con sus seres queridos, aislándose unos de otros e incluso de sus entornos más amplios, amigos, compañeros de trabajo, vecinos...*

*Al dañarse el vínculo de uno con su entorno también queda desvirtuada la identidad, la autoestima y el sentido que le damos a nuestras vidas. La naturaleza del vínculo, al ser bidireccional, afecta en igual medida al enfermo y al cuidador, y éste último, al presuponerle sano y responsable, queda doblemente silenciado en su dolor: ni se le entiende ni se acepta que reclame desde su impotencia.*

*Los grupos terapéuticos pueden hacer tomar conciencia acerca de todo esto, permite que se comparta entre iguales y se construyan nuevas formas de entender, entenderse y atender las necesidades propias y las que tiene la persona afecta de un trastorno mental grave".*

Traer a debate la importancia de dar a conocer el trabajo que se realiza en las consultas y los espacios terapéuticos al gran público resulta imprescindible. Entre nosotros, los profesionales, los lectores de esta publicación, compartimos y conocemos bien los temas, las teorías, y el lenguaje que utilizamos para hacernos entender, y también forma parte de

nuestro desarrollo profesional la supervisión, el debate y la reflexión conjunta. Por la naturaleza de nuestro trabajo somos expertos en escuchar, comprender y compartir pensamientos propios y ajenos creando experiencias terapéuticas con las personas que acuden a nuestras consultas. Sin embargo, nuestra presencia en espacios de diálogo fuera de nuestro entorno de trabajo y por fuera de los que comparten nuestra profesión o acuden a recibir nuestros servicios es escasa, está sujeta a contextos culturales amplios, diversos y en conflicto, "opiniones generales", y no está provista de un motivo u objetivo de ser compartido. Por poner un solo ejemplo, la sola pregunta de la entrevistadora da cuenta de una idea acerca de lo que es y lo que no es ser psiquiatra, de qué es la psicoterapia, y qué es intervenir en el complejo entramado relacional de los enfermos y sus familiares.

¿Tiene sentido preguntar por las ventajas y responder con oportunidades? ¿Cómo podemos ampliar la opinión de que el psiquiatra prescribe fármacos y "gestiona" certificados, citas, altas y bajas? ¿De qué forma podemos generar la curiosidad de experimentar un proceso psicoterapéutico para cambiar y eventualmente mejorar nuestras vidas?

Ya en sus inicios de la psicoterapia, Freud reflexionó acerca de "la imposibilidad" de psicoanalizar, educar y gobernar. Tres tareas, sin embargo, con las que estamos compelidos a hacer algo, en tanto que Sujetos deseantes, en constante aprendizaje y adaptación, y ciudadanos, soportando nuevos y antiguos malestares propios de nuestra Cultura, y aspirantes insatisfechos al Bien propio y común.

Tres aspectos vinculados en su insatisfactoria posibilidad de realización, e interrelacionados por la naturaleza conflictual, sometida al lenguaje, y dialéctica entre lo propio y lo ajeno, que como profesional convocado a promover la Salud Mental, no puedo obviar, y que a través de los grupos emergen y son objeto de reflexión y debate, abriéndonos a nuevas formas de arreglárselas con uno mismo, nuestro entorno, y en la comunidad, uno por uno, como grupo y como representantes en nuestro entorno de aquello que nos enlaza a ella.

Resulta pues, imposible e inevitable, si nos dedicamos a esto de la psicoterapia, también estar presentes en lugares de enseñanza, de difusión y de opinión, y ojalá, al menos de consejo, en los lugares de gobierno y decisión de lo común y comunitario.

Aprovechar la coyuntura actual para compartir lo que sabemos hacer, en la que el significativo Salud Mental está presente y circula por

todos los lados, más allá de herramienta para hacer votos, suplicar o reclamar más recursos, o lamentarnos o justificarnos por nuestra impotencia frente a las consecuencias del COVID en la Salud Mental, es imperativo y urgente, para hoy, ayer y el porvenir.

### Contacto

Javier Alejandro Kuhalainen Munar ✉ elkuha@gmail.com ☎ 629 212 350  
C/ Jesús 16ª, 4ªA • 07003 Palma de Mallorca • Baleares

### Bibliografía

1. Kuhalainen, J. "Propuesta de atención psicoterapéutica para familiares de personas afectas de un Trastorno Mental Grave". *Revista Norte de salud mental*; n.º 59, Julio 2018, 117 – 119.

- Recibido: 13/03/2023.
- Aceptado: 05/06/2023.