

MANUEL FERNÁNDEZ BLANCO PSICÓLOGO CLÍNICO Y PSICOANALISTA

«Las rupturas no las da el calendario; los propósitos de año nuevo no funcionan»

«Está de moda inventar enfermedades que no existen, como el síndrome posvacacional»

MARÍA SANTALLA
REDACCIÓN / LA VOZ

Enero es el mes de los buenos propósitos, de los proyectos de cambio, pero también del regreso a la rutina tras el paréntesis navideño. El psicólogo Manuel Fernández Blanco analiza esta vuelta a la realidad, aderezada este año por el clima de incertidumbre política. —Todo período de fiestas abre un paréntesis, y es cierto que a veces el retorno al trabajo, a la regularidad, produce un cierto incomodo o malestar. El trabajo hoy no se vincula tanto a la penosidad de otras épocas, más bien lo peno-

so en este momento para millones de personas es no tener trabajo. Para aquellos que lo tienen, en este momento curiosamente lo más penoso del trabajo es la obligatoriedad del vínculo; pensar en retornar al trabajo es retornar a ese vínculo. En realidad las vacaciones son cada vez más un descanso del malestar en el vínculo. —El vínculo con otras personas. —Sí, con otras personas. Yo creo que en la sociedad actual nunca fue tan verdad esta cuestión que enunciaba Sartre de que el infierno son los otros. Todo esto puede llevarnos a inventar supuestos síndromes. Está muy de moda inventar enfermedades que no existen, como en este caso sería el síndrome posvacacional. Realmente los clínicos rigurosos no creemos en estas cuestiones. Ya bastantes enfermedades existen como para crear otras nuevas de forma artificial. Estamos hablando en todo caso de la psicopatología de la vida cotidiana, de los malestares

inherentes a la relación social, al vínculo con los otros.

—Es también el momento de los propósitos de año nuevo. ¿Realmente funcionan?

—No, no, no funcionan. Los buenos propósitos están hechos para incumplirlos. Cambiar es difícil, sobre todo en rutinas muy instaladas, porque eso suele tener que ver con el modo de estar en el mundo, y esa es la inercia mayor del ser humano. En general los buenos propósitos están para que no se realicen, por eso conviene no poner mucho el acento en ellos, porque a veces a lo que dan lugar es a una decepción renovada.

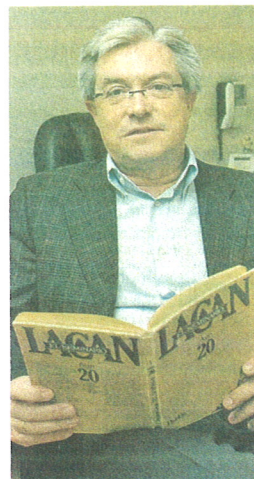
—El plantear esas ideas de cambio en momentos de ruptura, como el nuevo curso o el nuevo año, ¿es una ayuda o puede ser contraproducente?

—El problema es que las rupturas no las dan ni las estaciones ni el calendario, las rupturas las dan actos que marcan un antes y un después en la vida de cada uno. Realmen-

te actos transformadores hay muy pocos, y suelen tener que ver con romper con el pasado o con una relación no satisfactoria, o iniciar un proyecto nuevo que supone también renunciar por ejemplo a la seguridad. Cuando uno dice «año nuevo, vida nueva» se está contando en general una historia. Salir de la rutina de cada uno, incluso aunque esta sea muy insatisfactoria, es muy complicado. Pensemos por ejemplo en cuánta gente se queja de una relación en la que perseveran años y años sin que haya una razón objetiva que les impidiera salir de ahí. La mayoría de todos nosotros vivimos en cárceles sin barrotes. Por otra parte, no hay que tomar como referencia aquello de lo que la gente se queja, porque muchas veces aquello de lo que la gente se queja es aquello a lo que no está dispuesto a renunciar.

—Estamos en un momento de incertidumbre política, ¿de qué manera afecta esto a las personas?

—Yo creo que en el momento ac-



Fernández Blanco. P. RODRÍGUEZ

tual se da una combinación inédita. Por un lado, una incertidumbre muy grande. No se sabe quién va a ser el próximo presidente del Gobierno, ni siquiera si habrá nueva convocatoria electoral. Y al mismo tiempo parece que esta incertidumbre no es tan angustiosa. Quizás el sujeto actual se ha acostumbrado más a vivir sin certezas absolutas, o bien la certeza que antes se prometía era una certeza que excluía a miles de personas.

ALQUILER MULTIFUNCION

25

€/mes

400 páginas color

ó 2.500 b/n

GRATIS/MES



50

€/mes

1.000 páginas color

ó 10.000 b/n

GRATIS/MES

COPIGAL



981636155

copigal@copigal.net

www.copigal.net

Central: A Coruña

Delegaciones y servicio técnico:

En toda Galicia