

DONES I SALUT MENTAL

Concepció Garriga (cgarriga@ilimit.es)

El 27 de maig, amb motiu del Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones, el Sector Serveis Personals de l'Ajuntament de Barcelona em va convidar a participar amb una ponència a al Jornada que va organitzar des de l'Observatori Barcelona Dones sota el títol "Diferències i desigualtats de gènere en salut". Crec que el contingut amb el que hi vaig contribuir té interès per ser divulgat en l'àmbit del *Full Informatiu*.

Dades:

Un estudi de la Tavistock a finals dels 70 donava que el 15% de la població femenina patia un "trastorn afectiu" i un altre 18% es podia considerar borderline. Això deixa el 33% de la població femenina afectada en l'àrea de la salut mental (esmentat a Nairne & Smith, 1985).

Una altra dada ja consolidada en els estudis epidemiològics (Elder and Caspi, 1990, citats per Gilligan, 1992) és que en els nois l'etapa més crítica és la infància (per gairebé tots els trastorns) i en les noies a partir de l'adolescència (Seligman, 1991, citat per Gilligan, 1992), on l'índex de depressió es duplica, i aquesta tendència es manté al llarg de tot el cicle vital. La xifra de que hi ha el doble de depressions en les dones que en els homes apareix a la majoria d'estudis. Ara bé, sembla que, si a les depressions masculines hi suméssim les d'alcohòlics i sociòpates, les xifres tendrien a aproximar-se. Una dada curiosa en aquest sentit és que entre els amish (dependents, endogàmics i pacifistes) la taxa de depressió és igual entre els homes i les dones (Dio Bleichmar 1991).

Segons les dades d'un altre estudi epidemiològic de 1989, entre la població classificada com a patint un trastorn límit de la personalitat, la proporció de dones era del 77% (dades aportades per Dio Bleichmar, 1997); aquest estudi afirmava que aquest trastorn apareix a partir de la pubertat, i que la sexualitat es troba entre les seves causes. Gilligan i cols. (1991) esmenten un estudi a escala nacional portat a terme el mateix any als USA que mostra que les noies blanques tendeixen a experimentar una caiguda en els sentiments d'autovàlua al voltant dels onze anys i les d'origen hispànic tenen una caiguda més precipitada uns anys més tard (cap als 14-15).

Una altra dada més recent i més local (Enquesta de salut de Barcelona, 2000) és que les dones vivim més però tenim menys qualitat de vida, sobretot emocional.

De la depressió a incrementar la narcisització

Dio Bleichmar, el 1991 va fer un treball memorable (el 1991) que va titular "La depresión en la mujer", en el que mostrava que el que deprimeix les dones són justament les conseqüències derivades de la forma en que han de viure la seva feminitat: A) Importància crucial dels vincles, de les relacions humanes, de manera que viure una ruptura amorosa se sent com un fracàs personal. B) Superespecialització de les dones en alleugerir el malestar i el dolor dels altres (de nens i d'homes). C) La feminitat s'oposa al desenvolupament d'ambicions, activitats i interessos, que són una font important de satisfaccions, d'orgull i poder. Dio Bleichmar (1997) va arribar a aquesta mateixa conclusió en la seva monumental "La Sexualidad Femenina".

Proposa que per recuperar-se d'una depressió cal traçar un pla d'acció per modificar la creença profunda de ser defectuoses o inferiors, agafar les regnes de la pròpia vida, entendre l'entramat cultural en el que es forja aquesta creença, veure les condicions familiars particulars dins la que va prendre cos la forma de pensar, sentir i actuar devaluatòria, i modificar les condicions externes i internes que empenyen una dona a la depressió. Començant a tenir cura d'una mateixa i posant les condicions per subjectivar-se d'una manera més positiva. Per fer-ho cal reconèixer les pròpies limitacions i dificultats amb honestedat i posar-hi solució. Si no tenen solució, cal acceptar-les com a punt de partida. Però res de descans, sortir d'una depressió suposa un esforç responsable (Dio Bleichmar, 1991).

Història

Aquesta manca de subjectivitat individualitzada de les dones deprimides respon a un pla executat amb tota precisió des del segle XII (Hernando, 2000). En aquella època la societat s'individualitzava per fer front a la vida quotidiana, amb independència del sexe que es tingués. Per tal de poder frenar el procés d'individualització de les dones inherent a les transformacions que estaven tenint lloc, l'església va frenar el procés en sec, va començar a venerar la Verge Maria, que és l'ideal de dona no individualitzada, la mare generosa que renuncia als desigs personals, inclòs el sexual, també va caldre reforçar el mite de l'òrigen: que el món va perdre la condició de paradís quan la dona es va atrevir a apropar-se a **l'arbre del coneixement**, de nou idealitzant la figura desindividualitzada com a model de dona. (No és casual que el pecat original sigui apropar-se a l'arbre del coneixement. L'accés de les dones al coneixement - escolarització, lectura,...- és un dels elements fonamentals per la seva individuació-subjectivació).

A partir d'aquest moment, segle XII, els homes van començar a legislar per excloure les dones d'arreu. La única sortida que els quedava si volien individualitzar-se era entrar en un convent, que les deixava fora de la societat i sense relacionar-s'hi. Tot i així els convents s'omplien, i al segle XVI va establir la clausura.

Amb la modernitat i la raó va sorgir el subjecte, el concepte de "jo" que controla el món. La única manera de negar a les dones aquest control era impedir que accedissin a aquests mode de representació, la raó. Així, els teòrics de la Il·lustració i de la Revolució Francesa, Rousseau entre ells, van defensar amb tots els mecanismes els **efectes contraproduents de la lectura i l'educació de les dones**, i la necessitat de reclusió en els estrets espais domèstics.

Quan finalment les dones van accedir a l'escolarització i a la individualització es van trobar que la meitat masculina de la població no podia renunciar fàcilment a la cura i les atencions que fins llavors tenia garantides i sense les quals els resultava molt més difícil mantenir l'equilibri de poder. En aquest moment es comença a plantejar un conflicte per moltes dones de difícil resolució: la individualització que els permet accedir a la posició de subjectes socials, d'equitat i justícia social, que els permet relacionar-se amb els homes com a iguals, provoca rebuig per part d'ells. Així doncs, les dones que opten per la subjectivització, només excepcionalment "troben companys masculins disposats a compartir el desgast i els problemes que genera la individualitat". També es trobaran amb dificultats interiors: el model d'identitat de gènere femení que les dones segueixen rebent, que dóna prioritat als afectes. **Les dones que escullen ser subjectes saben que estan optant per una opció difícil, de soledat i d'esforç** constant i que n'han de tenir ganes, perquè han de renunciar a les dolceses i gratificacions inherents a una percepció impotent i mítica de la realitat per tal d'assumir quelcom de la soledat, la responsabilitat i el dubte metòdic que impregnen el món de la individualització (Hernando, 2000).

La creació personal del gènere en la postmodernitat:

De fet, actualment abandonar l'estereotip de gènere normatiu és una opció que prenem moltes dones, de tal manera que els estudis contemporanis de psicoanalistes feministes com Chodorow (1999) afirmen que actualment es contempla que cada persona crea el seu propi gènere personal-cultural. Que el gènere és un entreteixit inextricable de significat personal i cultural psicològicament construït. O com Goldner (2003) que diu "l'interès respecte al gènere rau en esbrinar en quina mesura la persona s'experimenta a si mateixa com investint el gènere amb significat, o bé si el gènere és una significat que té lloc en ell/ella".

A més, Bassin (1996) i Benjamin (1996) afirmen que les persones que reflexionen i opten sobre el gènere creant el seu propi jo, són persones que assoleixen nivells molt alts de desenvolupament personal. De fet la mateixa Hernando ho afirma a l'article que he estat esmentant, diu que "les dones estan aplicant la Raó al subjecte, aprofundint així, d'una manera que els homes desconeixen en la subjectivitat. Per això recorren a la psicoanàlisi o a les psicoteràpies, perquè estan cercant instruments d'introspecció i resolució racional dels conflictes i contradiccions que es troben com a persones".

Actualment estem ubicades en la postmodernitat, aquest estat de cultura que es caracteritza per la prioritat del subjecte sobre la raó, per la consciència clara de la multiplicitat de possibilitats d'entendre i de construir el món en base a les diferències interpersonals, cada vegada més marcades, ... pel trencament de la confiança en la Veritat. El món postmodern és un món ple de preguntes i de dubtes que ho envaeixen tot.

El sostre de vidre i el sòl enganxós:

Burin, el 2003, afirma que en el paper de treballadora extradomèstica hi ha un factor de risc per la salut mental de les dones: els sostre de vidre en les seves carreres laborals, una superfície superior invisible que impedeix a les dones seguir avançant, i que els crea malestar. Nancy Chodorow es pregunta si el sostre de vidre és intern o extern, i hi troba factors subjectius com el sentiment de culpa de superar la pròpia mare, i les fantasies de masculinització.

Burin també maneja el concepte de sòl enganxós, que fa referència a les dificultats que tenen les dones més tradicionals, que es troben més adherides a formes de vida més convencionals de les que els és difícil desenganxar-se, d'aquí el concepte.

El "sostre de vidre", que és diferent per cada una, se sosté en base a que les tasques domèstiques i la criança de les criatures continua a les mans exclusives de les dones malgrat els nous conceptes de "parentalitat dual" de Benjamin (1996) i de "nou contracte sexual" (Berbel, i Pi-Sunyer, 2001) mitjançant el qual tant les dones com els homes es corresponsabilitzen per igual tant de l'economia com de la criança, estan molt lluny encara de ser generalitzats. Crec que el baix índex de maternitat és un reflex de les dificultats que encara hi ha per fer possibles models de vida més sostenibles per les dones. Així doncs, les mares poden sentir que tenen menys disponibilitat horària per continuar evolucionant en el treball, quan el que està passant és que els pares encara no es fan prou càrrec de la quota de responsabilitat que els correspon.

El sostre de vidre també es nota en que, malgrat que el nivell de formació demostrable de moltes dones a l'actualitat és molt més alt que el de molts homes, a elles se'ls exigeix el doble que als seus iguals masculins, elles han de demostrar excel·lència.

L'estereotip de gènere femení porta a que afirmin fàcilment "a mi no m'interessa el poder", però per poc que gratem en l'afirmació aviat ens adonarem que està plena de contradiccions, perquè el que sí que volen és tenir un millor sou, prestigi i reconeixement professional, i això suposa algun nivell de poder, que no és "el poder".

Jonnasdottir (1993) afirma que el patriarcat actual se sosté en base a la lluita sobre les condicions polítiques de l'amor, més que sobre les condicions del treball de les dones. Entén l'amor com a "pràctiques de relació sociosexuals, i no només com a emocions que habiten dins les persones", afegeix que avui les dones qüestionen ser utilitzades com a font de plaer i energia en condicions que no controlen per consumir la seva força, una força que els homes converteixen en poder instrumental, sense donar-los autoritat a canvi, mentre elles es mantenen a càrrec del poder expressiu o afectiu. Però el que dóna poder són les habilitats instrumentals i no les expressives, que poden arribar a exercir influència però no poder ni autoritat.

Però, les dones volem el poder?

Hernando (2003), en la mateixa línia que Benjamin (1996) i Dio Bleichmar (1997), desenvolupa un concepte d'identitat com la imatge que cada una es construeix del món en el que viu i dels vincles que hi estableix, així doncs entén que la subjectivitat es resultat de la intersubjectivitat i no al revés, i explica que els membres de cada cultura comparteixin una certa manera d'entendre la realitat que els és comuna. La cultura, diu, és un conjunt d'estructures que tant els homes com les dones internalitzen i, per tant reproduïxen a través de les relacions que sostenen. Hernando afegeix que és per això que l'ordre patriarcal que informa tota la nostra cultura és tan difícil de combatre. Per tant, si volem modificar la situació en la que ens trobem, hem de modificar el caràcter d'aquests vincles, el que significa modificar la complementarietat

afectiva i intel·lectual entre homes i dones, transformant, per tant, el que cada una entén de què és ser un home o una dona.

“La modernitat va anar transformant en subjectes a tots, de manera que ara les dones es troben en el conflicte d’haver de conciliar una visió del món que se ls segueix transmetent i en la que adopten la posició d’objectes, amb una que els permet sentir-se subjectes. Com més individualitzades estiguin les dones més desitjaran l’exercici del poder” (Hernando, 2003).

Si entenem per poder: “influir més del que ets influïda” (San José, 2003) arribem a la conclusió que el poder és el contrari de la impotència, no de l’amor. Per tant, fa falta un gir en la visió subjectiva de moltes dones que modifiqui la percepció que tenen de si mateixes com a indefenses, per tal d’incloure la noció d’empoderament, que els ha de permetre exercir el nivell de poder necessari per fer-se càrrec de les seves vides (i de les dels seus fills, si així ho decideixen, en la proporció que els correspon).

La sensació de poder es relaciona directament amb el grau d’individualització de la persona que l’exerceix i de l’ús de la raó com a forma de relació amb el món. Des del punt de vista emocional, la individualització té un cost tan alt que quan arriba a un màxim no es pot resistir sense perdre les ganes de viure, perquè es deixa de trobar sentit a la vida (Hernando, 2003). Benjamin (1996) entén que “l’ideal de la individualitat autònoma, amb el seu èmfasi en la racionalitat, l’autosuficiència, la realització i la competència, amenaça amb negar tan completament a la mare –o als aspectes de cura- que ja no quedi cap llar on acudir”.

Per això Hernando (2003) afegeix: “Només en el moment que les dones deixin de dedicar les seves vides a sostenir emocionalment els homes, aquests es veuran en la necessitat de generar la seva pròpia connexió emocional amb el món per a poder construir una vida molt més rica i completa per a tots i totes”.

“Cal que les dones siguin conscients que el contingut que estructura la seva subjectivitat és conflictiu i problemàtic, i que donin prioritat al desenvolupament de la seva subjectivitat enlloc de a la seva dedicació relacional. Per això cal que assumeixin una certa pèrdua emocional en la seva relació amb el món” (Hernando, 2003).

Nora Levinton (2003) ens proposa que poder per les dones va indissociablement lligat al conflicte entre motivacions que són difícilment conciliables, o clarament excloents entre si. Afirmar que la condició que genera més conflicte és la maternitat, com també va demostrar Navarro (2002) abastament.

Conclusions:

El recorregut per la bibliografia que he fet m’ha portat a les visions més contemporànies del gènere com a creació i opció personal. I a descriure un itinerari inevitable però ple de dificultats i contradiccions: l’evolució social ens empeny cap a la individualitat i la subjectivitat, amb l’ajuda de l’educació i la formació acadèmica. El model de feminitat que ens impregna, i que els homes continuen valorant, és un model que ens empeny en la direcció d’objecte, per tal d’humanitzar la duresa de la individualitat, i a posar-nos al servei de les criatures que creixen. Però aquest sistema està ple de conflictes. En primer lloc està clar que més i més dones no volem assumir ni la maternitat, ni les funcions de cura de l’altre, per la condició d’objecte en la que ens posa. Per altra banda, estan sorgint noves maneres de fer i ser que són les que corresponen a la condició postmoderna, en que cada persona haurà d’acabar tenint aspectes de subjecte i de cura de l’altre en diferents proporcions segons les seves característiques individuals. Crec que aquesta és la direcció que està prenent la societat, i que la multiplicitat i la flexibilitat en són les característiques més adaptatives.

Bibliografia

Benjamin, J. (1996). *Los lazos de amor. Psicoanálisis, feminismo y el problema de la dominación*. Buenos Aires: Paidós, 354 pàg. ISBN: 950-12-4194-7

Berbel, S.; Pi-Sunyer, M.T. (2001). *El cuerpo silenciado*. Barcelona: Viena Ediciones.

Burin, M. (2003). "El deseo de poder en la construcción de la subjetividad femenina. El 'techo de cristal' en la carrera laboral de las mujeres" dins *¿Desean las mujeres el poder?*, Madrid, Instituto de Investigaciones Feministas. Minerva Ediciones.

Chodorow, N. (1999). *The power of feelings*. New Haven y Londres: Yale University Press. 328 pàg. ISBN 0 300 08909 0 (N'hi ha traducció a Paidós)

Dio Bleichmar, E. (1991). *La depresión en la mujer*. Madrid: Ediciones Temas de Hoy, 274 pàg.

_____ (1997). *La sexualidad femenina, de la niña a la mujer*, Barcelona: Paidós, 445 pàg. ISBN: 84-493-0488-1.

Gilligan, C.; Rogers, A.G.; Tolman, D.L. (1991). *Women, Girls & psychotherapy. Reframing resistance*. Nova York: Harrington Park Press, 272 pàg. ISBN: 1-56023-012-6.

Goldner, V. (2003). "Ironie Gender/Authentic Sex", *Studies in Gender and Sexuality* 4(2), 113-139.

Hernando, A. (2000). "Factores estructurales asociados a la identidad de género femenina, la no-inocencia de una construcción sociocultural" dins *La subjetividad femenina*, Madrid: Instituto de Investigaciones Feministas Universidad Complutense.

Hernando, A. (2003) "Poder, individualidad e identidad de género" dins *¿Desean las mujeres el poder?*, Madrid, Instituto de Investigaciones Feministas. Minerva Ediciones.

Jonasdottir, A. (1993). *El poder del amor: ¿Le importa el sexo a la democracia?*. Madrid: Cátedra.

Levinton, N. (2003). "Mujeres y deseo de poder: un conflicto inevitable" dins *¿Desean las mujeres el poder?*, Madrid, Instituto de Investigaciones Feministas. Minerva Ediciones.

Nairne, K. & Smith, G. (1985) *Dealing with Depression*, London: The Women's Press Handbbok Series. 213 pàg. ISBN: 0 7043 3909 9

Navarro, V. (2002), *Bienestar insuficiente, democracia incompleta. Sobre lo que no se habla en nuestro país*, Barcelona: Anagrama.

San José, B. (2003). "De la impotencia al 'empoderamineto'" dins *¿Desean las mujeres el poder?*, Madrid, Instituto de Investigaciones Feministas. Minerva Ediciones.