

# La dimensión política de la psicoterapia

Mikel García García

21 septiembre 2024



Ilustración 1 Montaje de Mikel Garcia usando IA Dalle

Médico (1976). Psicólogo (1984). Médico rural en Navarra 76-86. Psicólogo clínico en Navarra en centro Salud Mental Tafalla (86-89) y en Unidad Psiquiátrica (89-92). Psicoanalista junguiano. Psicoterapeuta desde 1983. Fue miembro de S.E.P.T.G.; A. TR.E.; Es.Te.R; SEPAL. Miembro titular profesor y didacta en SIDPaJ. Máster en “Astronomía y astrofísica” VIU (Universidad Valencia). Doctor Internacional en “**Estudios Internacionales en Paz, Conflictos y Desarrollo**”, Universitat Jaume I (UJI Castellón). Máster en Fotografía Artística y Narrativa Visual (Universidad Internacional de la Rioja). Supervisión de arteterapeutas que trabajaban con niños en el proyecto de Maltrato infantil, del ayuntamiento de Donostia-San Sebastián (2000-2003). “Curso intensivo de Guión” (Madrid, 2010). Investigaciones de campo sobre creatividad y arte: “Esquizofrenia y arte” (1982); **Creatividad. Webblog** ibiltarinekya "viaje de exploración" que recoge publicaciones diversas, fotos, vídeos, relatos de viajes, ensayos, reflexiones, ... (2016). Promotor y participante como artista en la Exposición Arte SIDPaJ (obras nóveles inspiradas en Marie-Louise Von Franz) con el relato “Alter ego”. Diseñador y creador de la exposición en el espacio **peopleArt factory** para la exposición virtual (2020). Promotor y jurado en el concurso fotográfico SIDPaJ “**Descubre y comparte el alma de tu casa**”. Máster en Fotografía Artística y Narrativa Visual (UNIR-La Rioja, 2021). Fotoensayo Cambio Climático **CLINAMEN** (2021). Fotolibro "Trauma desencarnado" (2021). Profesor del curso "Cine, lenguaje cinematográfico simbólico y dinamismos psíquicos" de SIDPaJ. Promotor y facilitador en cineforum SIDPaJ (2021-2024). Participante del proyecto colectivo de construcción de un Yantra Alquímico (2021-2022) Publica en **OSF-Open Science Frame-work** (Ciencia abierta, investigaciones). Fotógrafo. Buceador. Alquimista. Hilozoísta. Hijo de Hermes. Padre. Abuelo. Creador herido. [Currículo extenso](#)

## ***La dimensión política de la psicoterapia***

### **Resumen**

El artículo "La dimensión política de la psicoterapia" explora la intersección entre la psicoterapia y las estructuras políticas, y cómo la terapia puede ir más allá de la sanación individual para convertirse en una herramienta de cambio social. Se analizan las convergencias y divergencias entre los enfoques terapéuticos y los sistemas políticos, destacando que la psicoterapia no solo aborda el sufrimiento emocional, sino que también puede ayudar a los individuos a comprender cómo las estructuras sociales y políticas perpetúan ese sufrimiento.

Se enfatiza la importancia de la psicoterapia como un espacio de conciencia crítica, donde los pacientes pueden tomar conciencia de las fuentes sociales de su malestar, como la desigualdad económica o la opresión política. A partir de esta conciencia, la terapia puede empoderar a los individuos para que actúen políticamente y se involucren en la transformación social. La creación de redes comunitarias también se destaca como una herramienta clave para superar el trauma y el aislamiento, fomentando la movilización social y el empoderamiento colectivo.

El texto subraya cómo diferentes sistemas políticos, como la democracia liberal o el autoritarismo, afectan el acceso a la psicoterapia y el papel que esta puede jugar en promover o reprimir la crítica social. En contextos represivos, la psicoterapia puede ser una forma de resistencia pacífica, ofreciendo a los individuos estrategias para enfrentar la opresión. La conclusión central es que lo personal es político, y la psicoterapia no puede desvincularse de las dinámicas sociales más amplias.

**Palabras clave:** psicoterapia política, conciencia crítica, cambio social, empoderamiento, trauma colectivo, resistencia política, redes comunitarias, sistemas políticos.

---

### **Summary**

The article "The Political Dimension of Psychotherapy" explores the intersection between psychotherapy and political structures, showing how therapy can transcend individual healing to become a tool for social change. It analyzes the convergences and divergences between therapeutic approaches and political systems, emphasizing that psychotherapy not only addresses emotional suffering but also helps individuals understand how social and political structures perpetuate that suffering.

The importance of psychotherapy as a space for critical awareness is highlighted, where patients can become aware of the social sources of their distress, such as economic inequality or political oppression. Through this awareness, therapy can empower individuals to act politically and engage in social transformation. The creation of community networks is also highlighted as a key tool for overcoming trauma and isolation, fostering social mobilization and collective empowerment.

The text emphasizes how different political systems, such as liberal democracy or authoritarianism, affect access to psychotherapy and the role it can play in promoting or suppressing social critique. In repressive contexts, psychotherapy can act as a form of peaceful resistance, offering individuals strategies to cope with oppression. The central conclusion is that the personal is political, and psychotherapy cannot be disconnected from broader social dynamics.

**Keywords:** political psychotherapy, critical awareness, social change, empowerment, collective trauma, political resistance, community networks, political systems.

---

### **Laburpena**

"Psikoterapiaren dimentsio politikoa" artikulua psikoterapia eta egitura politikoen arteko elkargunea aztertzen du, eta nola terapia norbanakoaren osasunetik haratago joan daitekeen aldaketa sozialerako tresna bihurtzeko. Terapia eta sistema politikoen arteko konbergentziak eta dibergentziak aztertzen dira, azpimarratuz psikoterapia ez dela soilik sufrimendu emozionala lantzen, baizik eta nola egitura sozial eta politikoei sufrimendu hori betiketzen duten ulertzen lagun dezakeen.

Psikoterapia kontzientzia kritikorako espazio gisa duen garrantzia azpimarratzen da, non pazienteek euren ondoezaren iturri sozialak ohartaraz ditzaketen, hala nola, desberdintasun ekonomikoa edo zapalkuntza politikoa. Kontzientzia honetatik abiatuta, terapia norbanakoak politikoki jarduteko eta eraldaketa sozialean parte hartzeko ahalduntzen du. Komunitate-sareak sortzea ere nabarmentzen da trauma eta isolamendua gainditzeko tresna gisa, mobilizazio soziala eta ahalduntze kolektiboa sustatuz.

Testuak nabarmentzen du nola sistema politiko desberdinek, hala nola demokrazia liberala edo autoritarismoak, psikoterapiarako sarbidea eragiten duten eta zein rol jokatu dezakeen kritika soziala sustatzen edo errepresioan. Testuinguru errepresiboetan, psikoterapia erresistentzia baketsu gisa joka daiteke, norbanakoei zapalkuntzari aurre egiteko estrategiak eskaintzen dizkiena. Ondorio nagusia da pertsonala politikoa dela, eta psikoterapia ezin dela dinamika sozial zabalagoetatik bereizi.

**Gako-hitzak:** psikoterapia politikoa, kontzientzia kritikoa, aldaketa soziala, ahalduntzea, trauma kolektiboa, erresistentzia politikoa, komunitate-sareak, sistema politikoak.

## **Contenido**

Intersección entre psicoterapia y política .....	4
Dimensiones donde Psicoterapia y Política Convergen.....	4
Dimensiones donde Psicoterapia y Política Divergen .....	5
Sistemas políticos que favorecen o dificultan la acción política de la psicoterapia.....	6
La dimensión política de la psicoterapia como catalizador de cambio .....	7
La articulación entre la psicoterapia individual y la acción política .....	9
La no integración entre los cambios psicoterapéuticos y la acción política .....	12
1. La Revolución Francesa y la desconexión entre lo emocional y lo político .....	12
2. La Revolución Rusa y el conflicto entre el cambio social y las necesidades psicológicas....	13
3. La violencia y el trauma no resueltos como fuentes de opresión.....	13
4. La falta de una psicología del poder.....	14
5. La no resolución del trauma intergeneracional .....	14
6. La necesidad de una revolución interna para consolidar el cambio social.....	15
La importancia de integrar lo psicológico con lo político en las revoluciones.....	15
El intento de integración entre cambios individuales y acción política en la Revolución China..	18
Los factores que explican el éxito de la Revolución China más allá de la integración psíquica y política.....	19
Limitaciones de la integración psíquica y política en la Revolución China .....	20
Autoritarismo, totalitarismo.....	21
Ejemplos Históricos de Autoritarismo y su Impacto en la Salud Mental.....	24
Superar los traumas colectivos.....	25
Conclusiones.....	27
Análisis de "La dimensión política de la psicoterapia" .....	29
Propuestas para la reflexión: .....	32
Comentario autocrítico .....	33
Referencias .....	34

## **Intersección** entre psicoterapia y política

Aunque **psicoterapia** y **política** divergen en sus enfoques y métodos, convergen en aspectos esenciales relacionados con el bienestar humano. El **poder, la justicia, el cambio y la identidad** son dimensiones donde ambos campos interactúan, y una mayor conciencia de las intersecciones entre lo psicológico y lo político puede enriquecer tanto la práctica terapéutica como la política social.

La convergencia y divergencia entre **psicoterapia** y **política** se encuentra en sus dimensiones comunes y en las diferencias fundamentales en sus objetivos, enfoques y ámbitos de acción. Ambas influyen en la vida humana, pero desde perspectivas muy diferentes. A continuación, te ofrezco un análisis detallado de estas dimensiones:

### **Dimensiones donde Psicoterapia y Política Convergen**

#### **1. Bienestar individual y colectivo:**

- Tanto la psicoterapia como la política tienen un **interés en el bienestar de las personas**. La psicoterapia busca el bienestar psicológico y emocional del individuo, mientras que la política se ocupa del bienestar social, económico y estructural de la sociedad.

- **Convergencia:** Ambas disciplinas buscan transformar las condiciones que afectan la calidad de vida de las personas. La política intenta hacerlo mediante cambios en la estructura social y económica, mientras que la psicoterapia lo hace a través de la sanación personal y la salud mental.

#### **2. Cambio y transformación:**

- La psicoterapia trabaja para **transformar el individuo**, ayudándolo a cambiar patrones destructivos, enfrentar traumas y lograr una vida más plena. La política, en cambio, busca **transformar estructuras sociales y económicas** para mejorar las condiciones de vida de los ciudadanos.

- **Convergencia:** Ambas apuntan a una forma de **cambio**—la psicoterapia en lo **intrapersonal** (la mente y emociones), y la política en lo **interpersonal y estructural** (las leyes, políticas públicas, justicia social).

#### **3. Poder y libertad:**

- En la política, el **poder** es una dimensión central: quién lo posee, cómo se distribuye y cómo afecta a las vidas de los ciudadanos. En psicoterapia, también se trabaja con el poder, pero en el sentido de **capacitar al individuo** para que recupere control sobre su vida, liberándose de patrones, traumas o influencias que le han quitado poder personal.

- **Convergencia:** Ambas disciplinas reconocen la importancia del poder, ya sea político o personal, y cómo su distribución afecta el bienestar, la libertad y la capacidad de acción.

#### **4. Justicia e injusticia:**

- La psicoterapia aborda las **heridas emocionales y psicológicas** que resultan de experiencias de injusticia (traumas, abusos, desigualdades), mientras que la política trabaja para corregir **injusticias sistémicas** mediante leyes y políticas que promuevan la equidad.

- **Convergencia:** En muchos casos, los problemas que los individuos llevan a la terapia están arraigados en condiciones políticas y sociales injustas (como pobreza, discriminación, violencia). La política busca remediar esas condiciones estructurales, y la psicoterapia ayuda a sanar las heridas emocionales y mentales que generan.

#### 5. **Identidad y pertenencia:**

- En psicoterapia, la **identidad** es una dimensión clave, pues se trabaja para que el individuo entienda y acepte quién es, sus deseos, miedos y sueños. La política también afecta la **identidad colectiva**, definiendo cómo los grupos de personas (naciones, etnias, clases sociales) se relacionan entre sí.

- **Convergencia:** La construcción de la **identidad individual** en psicoterapia muchas veces refleja las dinámicas de identidad política y social. Problemas como el racismo, el género o la marginación política tienen un fuerte impacto en cómo las personas se perciben a sí mismas.

### **Dimensiones donde Psicoterapia y Política Divergen**

#### 1. **Enfoque: Individual vs Colectivo:**

- **Psicoterapia:** Está enfocada principalmente en el **individuo**, en su mente, sus emociones, y su desarrollo personal. Aunque a veces considera el entorno social, el objetivo principal es la sanación o mejora del individuo.

- **Política:** Está centrada en **grupos colectivos**, en la organización de la sociedad y la distribución de recursos, poder y derechos. La política tiende a actuar sobre **masas** y busca cambios estructurales que afecten a grandes grupos de personas.

- **Divergencia:** El foco de la psicoterapia es personal, interno y subjetivo, mientras que la política es social, externo y estructural.

#### 2. **Método: Relación vs Institución:**

- **Psicoterapia:** Se basa en la **relación interpersonal** entre el terapeuta y el paciente. Es una práctica íntima que explora las profundidades emocionales y psicológicas de un individuo.

- **Política:** Funciona a través de **instituciones, leyes y normativas**. Su método es formal y estructurado, orientado hacia la gestión de la sociedad en su conjunto.

- **Divergencia:** La psicoterapia es un proceso relacional y subjetivo, mientras que la política se implementa a través de mecanismos formales, públicos y estructurados.

#### 3. **Objetivo: Sanación vs Gobernanza:**

- **Psicoterapia:** Busca la **sanación emocional y mental** del individuo, ayudándole a superar conflictos internos, traumas y tensiones emocionales.

- **Política:** Su objetivo es la **gobernanza** y la administración eficiente de los recursos, asegurando que las instituciones y sistemas sociales funcionen de manera que promuevan el orden y la justicia.

- **Divergencia:** La psicoterapia está orientada hacia la sanación y el bienestar psicológico del individuo, mientras que la política se centra en la organización y mantenimiento del orden social.

-

**4. Temporalidad: Proceso vs Inmediatez:**

- **Psicoterapia:** Es un proceso **lento y continuo** que puede tomar meses o años, dependiendo del trabajo emocional y psicológico del individuo.

- **Política:** Si bien hay procesos a largo plazo, la política a menudo requiere **acciones inmediatas** para resolver crisis sociales, económicas o legislativas.

- **Divergencia:** La psicoterapia favorece el ritmo interno del individuo, mientras que la política está sometida a ciclos electorales, crisis y cambios más rápidos y visibles.

**5. Escala de impacto: Psique vs Sociedad:**

- **Psicoterapia:** Aunque puede tener repercusiones en las relaciones de los individuos con su entorno, su impacto es **directamente sobre la mente y el alma del individuo**.

- **Política:** Tiene un impacto **más amplio** en la sociedad, alterando leyes, derechos, y políticas que afectan a millones de personas.

- **Divergencia:** La psicoterapia impacta directamente en la psique y emociones del individuo; la política afecta los sistemas externos que conforman la vida social y económica.

**Sistemas políticos que favorecen o dificultan la acción política de la psicoterapia.**

<b>Organizaciones políticas</b>	<b>Acepta psicoterapia</b>	<b>Condiciones favorables o desfavorables</b>
Totalitarismo	No	Reprime la psicoterapia por ser considerada subversiva o peligrosa, impidiendo la libertad psicológica y emocional.
Democracia liberal	Sí	Apoya la psicoterapia en tanto que la libertad de expresión y el acceso a recursos facilitan el bienestar psicológico.
Estado de bienestar	Sí	Favorece el acceso a la psicoterapia mediante el sistema de salud pública y políticas sociales inclusivas.
Capitalismo neoliberal (Ej. Estados Unidos, Reino Unido en los años 80)	Limitado	Acceso limitado a la psicoterapia debido a que el enfoque en el mercado y la eficiencia económica limita su accesibilidad.
Socialismo democrático	Sí	Favorece el acceso y promoción de la psicoterapia en un contexto de equidad social y políticas de salud inclusivas.
Autoritarismo	No	Reprime la psicoterapia al limitar la libertad de expresión y control estatal sobre las prácticas psicológicas.
Democracia neoliberal	Limitado	Aunque hay acceso a la psicoterapia, el énfasis en la eficiencia y la privatización puede limitar su alcance a las clases altas.
Populismo ultraderecha	No	Restringe el acceso a terapias que fomenten el empoderamiento personal y la crítica social, considerado una amenaza.

Populismo izquierda	Depende	Puede ser favorable si el enfoque es social, pero también puede censurarse si se percibe como subversivo.
Anarquismo	Sí	Favorable por la autonomía individual y la libertad de elección, aunque depende de la organización de la comunidad.
Comunismo Chino	No	La psicoterapia es limitada y controlada, vista con recelo por el Estado por su potencial de crítica social.
Estados teocráticos	No	Reprime la psicoterapia, especialmente si va en contra de las creencias religiosas del estado o es percibida como inmoral.
Estados budistas	Sí	Favorable en tanto que promueve prácticas de sanación mental y espiritual, alineadas con el budismo.
Comunidades indígenas tradicionales	Depende	El acceso a la psicoterapia occidental puede ser limitado, pero se promueven prácticas de sanación espiritual y emocional a través de sus propias tradiciones, como rituales y medicina ancestral.

## **La dimensión política de la psicoterapia como catalizador de cambio**

La **dimensión política de la psicoterapia** es un aspecto crucial abordado en el documento, ya que conecta la experiencia individual del sufrimiento emocional con las estructuras sociales y políticas que contribuyen a ese malestar. En esta sección, se examina cómo la psicoterapia no solo puede tratar problemas internos, sino también actuar como una vía para que los pacientes tomen conciencia de su realidad social y política, y encuentren maneras de empoderarse y resistir frente a sistemas opresivos.

### **1. Psicoterapia como espacio para la conciencia crítica**

Uno de los puntos clave de la **dimensión política de la psicoterapia** es que no solo se centra en la sanación emocional individual, sino que también promueve una **conciencia crítica** sobre cómo las estructuras sociales, económicas y políticas afectan directamente la salud mental. El sufrimiento emocional no puede separarse del contexto en el que se desarrolla. Por ejemplo, la ansiedad, la depresión o el trastorno de estrés postraumático pueden ser causados o amplificados por problemas como la **desigualdad económica**, la **opresión política** o la **violencia estructural**.

La psicoterapia, entonces, ofrece un espacio donde los pacientes pueden **reflexionar sobre su sufrimiento** en relación con las injusticias y desigualdades más amplias que enfrentan en su sociedad. Este proceso implica que el terapeuta no solo ayuda al paciente a gestionar sus emociones, sino que también le ayuda a **entender la raíz social** de su malestar, lo cual puede ser empoderador. Esta toma de conciencia crítica permite al paciente reconocer que su malestar no es puramente individual ni patológico, sino que tiene causas en la opresión o la exclusión social.

## 2. El sufrimiento individual y su conexión con el malestar colectivo

El documento enfatiza que muchas de las crisis emocionales que enfrentan los pacientes están directamente relacionadas con problemas estructurales más amplios, como la **crisis climática**, el **colapso de las democracias**, la **violencia** o la **pobreza**. En este sentido, la psicoterapia puede ayudar al paciente a comprender que su experiencia no es aislada, sino que forma parte de un **malestar colectivo** que afecta a muchas personas de forma similar.

Por ejemplo, en un contexto de **represión política** o **violencia sistémica**, el paciente puede sufrir de ansiedad o depresión debido a las circunstancias opresivas en las que vive. La psicoterapia puede ayudarlo a entender cómo su experiencia individual está ligada a un **contexto social** que genera este sufrimiento. Esta comprensión puede dar lugar a una **transformación interna** en la que el paciente se sienta validado y menos solo en su experiencia, y a la vez reconozca el potencial de la **acción colectiva** como forma de sanar tanto a nivel personal como social.

## 3. Empoderamiento y agencia personal frente a la opresión

Un elemento crucial de la **dimensión política de la psicoterapia** es el **empoderamiento**. La psicoterapia puede ayudar a los pacientes a encontrar un sentido de **agencia** y control sobre sus vidas, incluso en entornos de opresión o represión. Este proceso incluye ayudar al paciente a **canalizar su frustración, rabia o impotencia** hacia formas constructivas de resistencia. En lugar de sentirse abrumados por la desesperanza o el sufrimiento, los pacientes pueden aprender a usar sus experiencias como una fuente de motivación para el **cambio social**.

Por ejemplo, en contextos de **polarización política** o **represión**, la psicoterapia puede proporcionar un espacio donde los pacientes exploren sus emociones relacionadas con la opresión, validen su experiencia y desarrollen **estrategias** para resistir de manera pacífica y consciente. Esto puede incluir la participación en **activismo**, la creación de **redes comunitarias** o la búsqueda de **formas simbólicas de protesta** que les permitan expresar sus valores y luchar por sus derechos, sin comprometer su bienestar emocional.

## 4. Fortalecimiento de las redes sociales y comunitarias

El documento resalta que la psicoterapia no debe ser un proceso que ocurra en aislamiento, sino que debe fomentar la **conexión con redes de apoyo comunitario**. En tiempos de crisis, la conexión con otros que comparten experiencias o valores similares puede ser un **antídoto contra la alienación** y el aislamiento emocional que provocan los sistemas opresivos. Estas redes no solo proporcionan apoyo emocional, sino que también son espacios donde las personas pueden **organizarse colectivamente** y trabajar juntas para resistir las fuerzas opresivas y buscar soluciones.

La psicoterapia puede ayudar a los pacientes a **identificar estas redes** y a fortalecerlas. Por ejemplo, en un contexto de crisis económica o represión política, los pacientes pueden ser alentados a conectarse con grupos comunitarios, organizaciones de base o movimientos sociales que compartan sus valores. Esto no solo les ofrece un sentido de pertenencia y validación, sino que también les da herramientas para **participar activamente en la resistencia** a las estructuras que perpetúan su sufrimiento.

## 5. Transformación del sufrimiento personal en acción social

La psicoterapia, según lo expuesto en el documento, tiene el potencial de ayudar a los pacientes a transformar su sufrimiento personal en un **impulso para el cambio social**. Al fomentar una conciencia crítica y ofrecer un espacio donde el paciente puede validar su experiencia y sentir que no está solo, la terapia puede inspirar al paciente a **convertir su dolor en acción**.

Esto puede manifestarse de diversas formas, desde el **activismo político** hasta la **participación en movimientos de justicia social** o la creación de **proyectos comunitarios** que busquen aliviar el sufrimiento de otros. Al reconocer que su dolor está vinculado a problemas estructurales más amplios, el paciente puede sentir que tiene el poder de **marcar la diferencia**, no solo en su propia vida, sino en la vida de los demás.

## 6. La psicoterapia como espacio para el activismo y la resistencia pacífica

En contextos donde la represión política es fuerte y las personas sienten que no tienen la libertad de expresarse o actuar, la psicoterapia puede actuar como un espacio donde los individuos pueden **procesar su impotencia** y **desarrollar formas simbólicas de resistencia**. El documento menciona la idea de que la psicoterapia no solo debe abordar los sentimientos de ansiedad y desesperanza, sino también proporcionar un **espacio seguro** para que los individuos canalicen su frustración en acciones que reflejen sus ideales y valores.

Esto puede implicar ayudar a los pacientes a **desarrollar narrativas** que conecten su dolor personal con una causa más amplia o **crear manifestaciones simbólicas** dentro del espacio terapéutico que les permitan expresar su activismo de manera segura. En este sentido, la psicoterapia no solo es un proceso de sanación interna, sino también una forma de **resistencia pacífica** frente a la opresión.

## La articulación entre la psicoterapia individual y la acción política

La articulación entre la **psicoterapia individual** y la **acción política** es fundamental para lograr una **transformación social real y eficiente** que impacte de manera significativa en la **mejora de la humanidad**. El documento resalta la importancia de reconocer que los problemas psicológicos individuales no están aislados de los **contextos sociales, políticos y económicos** en los que viven las personas. La interconexión entre el malestar emocional y las condiciones estructurales exige que la **psicoterapia** se relacione con el cambio social para abordar las raíces del sufrimiento humano de manera integral.

### 1. El sufrimiento individual como reflejo de estructuras sociales disfuncionales

Una de las ideas clave es que muchos de los problemas emocionales que experimentan las personas, como la ansiedad, la depresión, el estrés postraumático o la desesperanza, no pueden entenderse únicamente desde una perspectiva clínica individual. Estos problemas, en muchos casos, son **síntomas** de estructuras sociales disfuncionales. El **colapso democrático**, la **desigualdad económica**, la **represión política**, la **violencia**

y la **crisis climática** son algunos de los factores que influyen profundamente en la **salud mental** de las personas.

La psicoterapia, por lo tanto, debe ayudar a los individuos a **tomar conciencia** de estas conexiones. El documento sugiere que la terapia puede ser un espacio para que las personas **reflexionen** sobre cómo sus emociones están ligadas a factores más amplios, como la inseguridad económica, la falta de derechos o la discriminación sistémica. **Articular la psicoterapia con la acción política** implica que, además de tratar el malestar emocional individual, se debe animar a los pacientes a comprender las **causas estructurales** de su sufrimiento, lo que a su vez puede motivarles a participar en la transformación de esas estructuras.

## **2. La psicoterapia como motor de conciencia crítica y cambio**

La **psicoterapia** puede actuar como un motor de **conciencia crítica**, ayudando a los individuos a identificar las **fuentes sociales y políticas** de su sufrimiento y empoderándolos para actuar en consecuencia. Esto requiere un enfoque que no solo se limite a la introspección individual, sino que también ofrezca un análisis de cómo las dinámicas de poder y opresión influyen en la vida cotidiana.

Un ejemplo relevante es cómo la **opresión política** o el **despojo económico** pueden generar estados de **impotencia y frustración** en las personas, haciéndoles sentir que su malestar es un problema exclusivamente individual. Sin embargo, al ayudar al paciente a **contextualizar** su sufrimiento en términos sociales y políticos, la psicoterapia puede **desindividualizar** el problema y crear una mayor **conciencia colectiva**. Este proceso permite que las personas vean su experiencia no como una deficiencia personal, sino como parte de una lucha más amplia que afecta a muchas otras personas. Esta toma de conciencia puede ser un primer paso hacia la **acción política**.

## **3. La transformación interna como precursor de la acción social**

La **transformación social** no puede ocurrir sin una transformación interna. La psicoterapia ofrece a los individuos herramientas para **gestionar sus emociones**, superar el trauma y encontrar un sentido de propósito y control en sus vidas. Sin embargo, la psicoterapia no debe limitarse a este trabajo interno. El verdadero cambio ocurre cuando los pacientes son capaces de **canalizar** su **resiliencia emocional** y su **comprensión crítica** hacia la **acción política** que desafía y transforma las estructuras sociales que perpetúan el sufrimiento.

El documento resalta que los enfoques terapéuticos, como el **Psicoanálisis Junguiano** o las **Terapias Sistémicas**, pueden ayudar a los pacientes a conectar sus **narrativas personales** con un contexto más amplio de significado y acción. El **arquetipo del Héroe**, por ejemplo, se utiliza en la psicoterapia Junguiana para guiar al individuo en un proceso de **autodescubrimiento y empoderamiento**. Este viaje personal puede inspirar a las personas a **participar activamente** en el cambio social, ya sea a través del activismo, la creación de redes de apoyo o la lucha por la justicia social.

#### 4. Psicoterapia como herramienta de resistencia frente a la opresión

En contextos de **represión política** o **desigualdad social**, la psicoterapia puede actuar como una herramienta de **resistencia pacífica**. Cuando los individuos son privados de sus derechos, enfrentan violencia o viven en un estado de inseguridad constante, su salud mental se ve gravemente afectada. En estos casos, la psicoterapia no solo ofrece un espacio para procesar el trauma, sino que también puede proporcionar estrategias para **resistir la opresión** de manera constructiva.

Este enfoque reconoce que la **sanación individual** no puede desvincularse de la **lucha colectiva** por los derechos y la justicia. Por ejemplo, la psicoterapia puede ayudar a los pacientes a **reconocer** y **aceptar** sus emociones de rabia o impotencia, pero también puede canalizar esas emociones hacia formas más productivas de activismo o resistencia. En lugar de ser un espacio de resignación, la psicoterapia se convierte en un espacio para **transformar la frustración en acción social organizada**.

#### 5. Redes comunitarias como base para el cambio social

Otro elemento crucial en la articulación entre la psicoterapia y la acción política es la creación y el fortalecimiento de **redes comunitarias**. Las personas que enfrentan crisis emocionales y sociales a menudo se sienten **aisladas** y desconectadas. La psicoterapia puede ayudar a los individuos a **reconectar** con otros que compartan sus experiencias y preocupaciones, creando **comunidades de apoyo** que no solo ofrezcan alivio emocional, sino también plataformas para la **organización política**.

Las **redes de apoyo** permiten que las personas que han experimentado la opresión o el trauma encuentren un espacio para **validar sus experiencias** y **articular sus demandas** en un marco más amplio de lucha social. El trabajo terapéutico, en este sentido, no solo se enfoca en la sanación emocional individual, sino también en la **creación de lazos colectivos** que pueden llevar a una mayor **movilización social** y al empoderamiento de las comunidades oprimidas.

#### 6. La acción política como extensión de la psicoterapia

El documento sugiere que la psicoterapia puede ser el **primer paso** hacia la **acción política consciente**. Al tomar conciencia de las dinámicas sociales y políticas que perpetúan el sufrimiento, y al sanar a nivel individual, los pacientes pueden sentirse más **capacitados** para participar en movimientos que busquen la transformación de esas estructuras. Esta participación puede tomar muchas formas, desde el **activismo directo** hasta la **creación de proyectos sociales** que promuevan la justicia, la equidad y el bienestar común.

La **acción política** se convierte entonces en una **extensión natural** de la psicoterapia, donde el trabajo interno y la reflexión crítica se traducen en **acciones externas** que buscan mejorar tanto la vida individual como las condiciones sociales de la comunidad. Este enfoque es fundamental para lograr una **mejora real de la humanidad**, ya que el cambio social solo puede ser sostenible si se basa en una comprensión profunda tanto de las **estructuras opresivas** como de los **procesos de sanación interna**.

## **7. La sinergia entre lo personal y lo político**

En resumen, la necesidad de **articular la psicoterapia con la acción política** radica en la comprensión de que lo **personal es político**. El sufrimiento humano, ya sea individual o colectivo, está profundamente influenciado por las estructuras sociales, económicas y políticas en las que las personas viven. La psicoterapia no puede limitarse a tratar solo los síntomas emocionales sin abordar las causas subyacentes del malestar, que a menudo son sistémicas.

Al **combinar la sanación emocional** con la **conciencia crítica** y la **acción colectiva**, se pueden generar transformaciones tanto a nivel individual como social. Esta **sinergia** entre lo personal y lo político es esencial para lograr una mejora real en las condiciones de vida de las personas y promover una sociedad más **justa, equitativa y saludable**.

### **Conclusión:**

La articulación entre la **psicoterapia** y la **acción política** es un enfoque integral que busca no solo aliviar el sufrimiento individual, sino también **transformar** las estructuras sociales que perpetúan ese sufrimiento. Al empoderar a los individuos para que comprendan cómo su malestar está conectado con las injusticias sociales y políticas, la psicoterapia puede ser un **catalizador** para el **cambio social**. Esto requiere un enfoque terapéutico que combine la **sanación emocional** con el fomento de una **conciencia crítica** y el apoyo a la **acción política**, lo que, en última instancia, puede conducir a una mejora real y sostenible de la **humanidad**.

## **La no integración entre los cambios psicoterapéuticos y la acción política**

La **no integración** entre los **cambios psicoterapéuticos** y la **acción política** puede ayudar a explicar el **fracaso de algunas revoluciones históricas**, como la **Revolución Francesa** o la **Revolución Rusa**, en lograr una transformación social profunda y sostenible. Estas revoluciones, aunque lograron cambios políticos importantes y, en muchos casos, derrocaron regímenes opresivos, no lograron, a largo plazo, transformar las **estructuras psicológicas y emocionales** de los individuos que vivieron esos procesos, lo que resultó en nuevas formas de opresión y, finalmente, en el fracaso de los ideales revolucionarios.

### **1. La Revolución Francesa y la desconexión entre lo emocional y lo político**

La **Revolución Francesa** (1789) fue un movimiento monumental que buscó liberar a la sociedad de las cadenas de la monarquía y las desigualdades del Antiguo Régimen. Sin embargo, a pesar de sus avances en términos de **igualdad, libertad y fraternidad**, la revolución pronto degeneró en violencia extrema, con la **era del Terror** y la ejecución masiva de disidentes políticos. Este ciclo de violencia y represión terminó en el ascenso de un nuevo régimen autoritario bajo Napoleón Bonaparte.

Una de las razones de este fracaso puede verse en la **desconexión** entre los **cambios políticos estructurales** y las **necesidades psicológicas y emocionales** de la población.

La revolución cambió las instituciones y las leyes, pero no abordó cómo las **estructuras de poder y dominación** afectaban a las **psiques individuales**. La **frustración** y el **resentimiento** que impulsaron la revolución continuaron sin resolverse emocionalmente, lo que generó nuevos ciclos de **violencia** y **revancha**. Los líderes revolucionarios, enfocados en el cambio político inmediato, no reconocieron la **importancia de sanar el trauma** que había acumulado la sociedad bajo siglos de opresión, lo que permitió que el **resentimiento** se transformara en nuevos mecanismos de represión.

La **no integración** de estos aspectos psicológicos contribuyó a que la revolución, en lugar de consolidar una sociedad verdaderamente libre y equitativa, se volviera un ciclo de violencia donde las nuevas estructuras de poder continuaban reproduciendo dinámicas de opresión. La falta de una **reflexión emocional profunda** sobre cómo los individuos y las comunidades podían transformarse internamente, más allá de los cambios políticos, debilitó los ideales revolucionarios.

## **2. La Revolución Rusa y el conflicto entre el cambio social y las necesidades psicológicas**

La **Revolución Rusa** de 1917 buscó derrocar al régimen zarista y establecer un gobierno comunista que prometía igualdad y justicia para todos. Bajo el liderazgo de Lenin y los bolcheviques, el régimen comunista inicialmente prometió cambios radicales que eliminarían las desigualdades económicas y transformarían la sociedad. Sin embargo, al igual que en la Revolución Francesa, el enfoque en el cambio estructural sin una consideración adecuada de las **necesidades emocionales y psicológicas** de la población generó **represión, violencia y autoritarismo**, lo que culminó en la **dictadura de Stalin** y un estado totalitario profundamente opresivo.

El **fracaso de la Revolución Rusa** en consolidar una sociedad igualitaria se debió, en parte, a que los cambios políticos no estuvieron acompañados de un **proceso psicológico** que ayudara a los individuos a **superar el trauma** de la opresión zarista y a adaptarse a las nuevas realidades sociales. Aunque se lograron cambios estructurales, la **psique colectiva** de la población seguía marcada por **décadas de miedo, represión y desconfianza**. En lugar de abordar estos traumas, los líderes revolucionarios optaron por imponer nuevas formas de control y vigilancia, lo que perpetuó el ciclo de **autoritarismo y miedo**.

El **Psicoanálisis Junguiano** y las **Terapias Sistémicas** argumentarían que los **arquetipos** y las **dinámicas familiares** que existían bajo el zarismo —por ejemplo, la dependencia de una autoridad central o el miedo al castigo— no se desmantelaron con la revolución. Estos arquetipos se **recrearon en nuevas formas**, bajo Stalin y el estado soviético, lo que llevó a un **nuevo ciclo de represión** en lugar de una verdadera liberación. La revolución política no abordó las **necesidades internas** de los individuos para transformar su **relación con el poder**, lo que hizo que la opresión continuara bajo una nueva fachada.

## **3. La violencia y el trauma no resueltos como fuentes de opresión**

Tanto la Revolución Francesa como la Revolución Rusa generaron cambios importantes en el orden social y político, pero **no resolvieron el trauma** psicológico colectivo que venía acumulándose durante generaciones de opresión. La violencia

extrema que caracterizó ambas revoluciones —ya sea en la **guillotina** francesa o en las **purgas estalinistas**— fue una manifestación de ese trauma no resuelto. Sin un proceso de **sanación colectiva**, el **resentimiento** y la **desconfianza** continuaron permeando la psique social, lo que permitió que nuevas formas de opresión se consolidaran después de la revolución.

Aquí es donde la **psicoterapia** y el trabajo con el **inconsciente colectivo** juegan un papel crucial. Las revoluciones históricas se centraron en el cambio estructural y político, pero ignoraron la **transformación emocional** necesaria para superar los patrones de poder y dominación que ya estaban profundamente arraigados en la sociedad. Sin una integración de los **cambios psicológicos** y las **acciones políticas**, las emociones reprimidas como el miedo, la rabia y el odio encontraron nuevas vías de expresión en formas de **violencia política** y **autoritarismo**.

### **4. La falta de una psicología del poder**

Otro factor clave en el fracaso de las revoluciones históricas es que no desarrollaron una **psicología del poder** que ayudara a las personas a **entender su relación emocional con el poder**. Tanto en la Revolución Francesa como en la Revolución Rusa, la caída de un régimen opresivo no fue suficiente para transformar las **dinámicas psicológicas de poder**. La **búsqueda de seguridad** y la **desconfianza hacia el otro** continuaron dominando la mentalidad colectiva, lo que permitió que las nuevas estructuras de poder reprodujeran formas de opresión similares a las anteriores.

En lugar de crear un sistema donde las personas pudieran sentir **autonomía** y **responsabilidad colectiva**, los nuevos regímenes revolucionarios consolidaron formas centralizadas de autoridad que perpetuaban la dependencia psicológica en un **líder fuerte** o en un **estado omnipresente**. Desde una perspectiva junguiana, podríamos decir que la **Sombra colectiva** no fue enfrentada ni integrada. La **proyección de los miedos y deseos inconscientes** de la población en los líderes revolucionarios y en el estado permitió que el poder se concentrara y que la opresión continuara bajo nuevas formas.

### **5. La no resolución del trauma intergeneracional**

Un tema recurrente en ambas revoluciones es la **no resolución del trauma intergeneracional**. Las sociedades que vivieron estas revoluciones habían estado sometidas a **siglos de opresión**, explotación y violencia. Este trauma no se disipó con los cambios políticos, sino que fue transmitido de una generación a otra, alimentando el ciclo de violencia. El **Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT)** y el trauma intergeneracional, que afectaron a millones de personas, no se abordaron, lo que permitió que el **resentimiento** y la **ansiedad** continuaran acumulándose.

Desde una perspectiva de las **Terapias Sistémicas**, se puede argumentar que los **patrones familiares de poder, violencia y miedo** que existían antes de las revoluciones continuaron repitiéndose en las generaciones posteriores. Las dinámicas de **represión** y **control** se reprodujeron en las estructuras políticas nuevas, porque no se abordaron a nivel psicológico. Sin un proceso de **sanación colectiva** que ayude a integrar el trauma y romper los ciclos de violencia, los cambios políticos no son suficientes para garantizar una transformación social real.

## 6. La necesidad de una revolución interna para consolidar el cambio social

Tanto la Revolución Francesa como la Revolución Rusa carecieron de una **revolución interna** que acompañara los cambios externos. Esto significa que, aunque las estructuras políticas y económicas cambiaron, las **estructuras psicológicas** que sustentaban el poder, la violencia y la opresión permanecieron intactas. Para que una **transformación social real y eficiente** ocurra, es necesario que los **cambios políticos** vayan acompañados de una **transformación psicológica** a nivel individual y colectivo.

La **psicoterapia** puede jugar un papel crucial en este proceso al ayudar a las personas a **reconciliarse con su trauma**, desarrollar una **relación saludable con el poder** y encontrar formas de **acción colectiva** que no reproduzcan los patrones de dominación y violencia. Sin esta integración entre lo **psicoterapéutico** y lo **político**, las revoluciones históricas corren el riesgo de repetir los mismos errores, consolidando nuevas formas de opresión en lugar de liberar verdaderamente a las sociedades de las estructuras de poder opresivas.

### La importancia de integrar lo psicológico con lo político en las revoluciones

El fracaso de revoluciones históricas como la francesa y la rusa puede explicarse en parte por la **falta de integración** entre los **cambios políticos** y los **procesos psicológicos** de sanación y transformación emocional. Estas revoluciones lograron derrocar regímenes opresivos, pero no abordaron el **trauma colectivo**, las **dinámicas de poder psicológico** ni la necesidad de una **revolución interna**. Al no hacer esto, perpetuaron nuevos ciclos de violencia, autoritarismo y opresión.

Para que una revolución sea realmente transformadora y sostenible, debe incluir un enfoque en la **sanación psicológica** de los individuos y las comunidades. La **psicoterapia** y el trabajo con el **inconsciente colectivo** pueden ayudar a romper los ciclos de trauma y violencia, permitiendo que los cambios políticos sean acompañados de una verdadera **transformación emocional** que promueva una sociedad más equitativa, justa y humana.

#### La Revolución Comunista China,

La **Revolución Comunista China**, liderada por el Partido Comunista bajo Mao Zedong, tuvo logros sociales, económicos y colectivos que han sido, en muchos aspectos, más sostenibles y estructurales que otras revoluciones en Occidente, como las de Francia o Rusia. Para entender por qué la revolución china ha tenido mayores éxitos en comparación con las revoluciones occidentales, es fundamental examinar varios factores, tanto **culturales** como **políticos**, que han contribuido a una mayor **estabilidad** y **cohesión social** a lo largo del tiempo.

#### 1. La cultura tradicional china y la concepción del poder

Uno de los elementos clave que diferencia a la Revolución Comunista China de las revoluciones occidentales es el contexto **cultural y filosófico** en el que se desarrolló. La tradición china tiene una concepción única del poder, influenciada por siglos de

pensamiento **confuciano** y **taoísta**, que difiere en varios aspectos de las concepciones occidentales del poder y la autoridad.

En la **filosofía confuciana**, el **emperador** era visto como el representante del **Cielo** en la Tierra, pero su legitimidad dependía de su capacidad para gobernar con **justicia** y **benevolencia** en beneficio del pueblo. Este concepto, conocido como el "Mandato del Cielo", significa que el emperador no era un gobernante absoluto, sino que su autoridad estaba condicionada a su capacidad para mantener la **armonía** y el **bienestar** del pueblo. Si fallaba en este deber, perdía su legitimidad, y el pueblo tenía el derecho de rebelarse. Esta visión del poder como una **responsabilidad moral** de gobernar en beneficio de los demás influyó en la forma en que se consolidó la **Revolución Comunista China**.

En el contexto de la revolución, el **Partido Comunista** y Mao Zedong capitalizaron esta tradición al presentarse como los verdaderos herederos del "Mandato del Cielo", reemplazando al emperador y a las élites corruptas por un régimen que supuestamente estaba al servicio de las masas trabajadoras. La idea de que el gobernante o el partido deben estar al servicio del pueblo resonó profundamente en la población china, que ya tenía una larga tradición de esperar que sus líderes actuaran en beneficio del bien común.

En contraste, las revoluciones occidentales, como la francesa o la rusa, fueron en gran medida impulsadas por **ideales de individualismo** y **libertad personal**. Si bien estos son principios poderosos, no siempre fomentaron la misma **cohesión social** que la concepción china del poder, que prioriza la **armonía colectiva** sobre los derechos individuales. Este enfoque colectivo permitió una mayor **unidad** y **disciplina social** en la construcción del nuevo Estado comunista.

## **2. El colectivismo y la importancia de la comunidad en la sociedad china**

La **cultura colectivista** de China ha sido otro factor clave en el éxito de la Revolución Comunista en comparación con las revoluciones occidentales. En la cultura china, el **colectivo** ha sido históricamente más importante que el **individuo**. Este principio fue reforzado por la revolución, que promovió la idea de que el bien común debe prevalecer sobre los intereses individuales.

Durante la **Gran Marcha** y la lucha revolucionaria de los comunistas, Mao Zedong y su partido promovieron un espíritu de **sacrificio colectivo** y unidad que resonaba con las ideas tradicionales del **comunitarismo** chino. Esta cultura de **auto-sacrificio** por el bien del grupo permitió que el Partido Comunista construyera una base sólida entre los campesinos y trabajadores, quienes veían en el partido una fuerza que defendía sus intereses colectivos.

En contraste, las revoluciones occidentales, como la francesa y la rusa, estuvieron marcadas por tensiones internas, conflictos de facciones y, a menudo, **individualismos contrapuestos** que fragmentaron el movimiento revolucionario y condujeron a luchas de poder. En la Revolución Francesa, por ejemplo, la lucha entre diferentes facciones dentro del mismo movimiento revolucionario llevó a la **era del Terror**, donde los revolucionarios se mataban entre sí por el control del poder. En la Revolución Rusa, la lucha interna entre los bolcheviques, mencheviques y otros grupos también debilitó el proceso revolucionario.

En cambio, la Revolución China se benefició de un enfoque **colectivo** y unificado que permitió a Mao y al Partido Comunista consolidar el poder de manera más eficaz. Las **campañas de movilización masiva**, como la **Reforma Agraria** y la **Gran Revolución Cultural Proletaria**, aunque brutales en algunos aspectos, fueron capaces de movilizar a amplios sectores de la población para participar en la construcción de una nueva sociedad comunista. Este sentido de **propósito colectivo** ayudó a estabilizar el régimen y a consolidar los logros sociales y económicos del país.

### **3. La Revolución China como una respuesta a siglos de humillación y opresión externa**

Otro factor crucial que distingue a la Revolución Comunista China es que fue vista por muchos chinos como una respuesta a **siglos de humillación y opresión externa** a manos de potencias extranjeras. Desde el siglo XIX, China había sido sometida a una serie de **guerras desastrosas** con potencias occidentales, como las Guerras del Opio, que llevaron a la pérdida de territorios y la imposición de tratados desiguales. Esta "**humillación nacional**" creó un fuerte deseo de **autonomía nacional y recuperación del orgullo** entre la población china.

Mao Zedong y el Partido Comunista aprovecharon este sentimiento al posicionarse como los **libertadores** que acabarían con la influencia extranjera y restaurarían la grandeza de China. Esto les permitió generar una fuerte **cohesión nacional**, unificando a grandes sectores de la población en torno a la idea de que la revolución no solo era una lucha de clases, sino también una lucha por la **independencia nacional** y la recuperación del honor perdido.

En este sentido, la Revolución China fue tanto una **revolución social** como una **revolución nacional**, lo que le dio un doble propósito que la hizo más duradera. En comparación, las revoluciones occidentales, como la francesa y la rusa, aunque lucharon contra opresores internos, no enfrentaron el mismo nivel de intervención extranjera ni el mismo tipo de humillación colectiva, lo que podría explicar por qué las bases de apoyo popular en estas revoluciones fueron menos cohesivas.

### **4. La adaptación pragmática del socialismo en China**

Otro factor que contribuyó al éxito de la Revolución Comunista China en comparación con otras revoluciones es la capacidad del Partido Comunista de China (PCC) para ser **pragmático** y adaptarse a las circunstancias. Aunque Mao Zedong promovió inicialmente un modelo comunista muy ideologizado, basado en el **maoísmo**, sus sucesores, como **Deng Xiaoping**, adoptaron un enfoque más **flexible** y pragmático, permitiendo la **apertura económica** y el **desarrollo de un socialismo con características chinas**.

A diferencia de la Unión Soviética, que se mantuvo rígida en su adhesión a los principios marxistas-leninistas, China fue capaz de **adaptar el socialismo a sus propias necesidades**. Deng Xiaoping, por ejemplo, introdujo reformas económicas en la década de 1980 que permitieron la **apertura gradual** de la economía al mercado, pero sin renunciar al control político del Partido Comunista. Esto permitió a China experimentar un crecimiento económico masivo mientras mantenía la **estabilidad política**.

## ***La dimensión política de la psicoterapia***

En contraste, las revoluciones occidentales, como la soviética, se mantuvieron más rígidas en su adhesión a la ideología comunista, lo que a menudo condujo a **estancamiento económico** y a una eventual **deslegitimación del régimen**. En la Unión Soviética, el fracaso de las reformas de **perestroika** y **glasnost** bajo Mijaíl Gorbachov reflejó la dificultad de adaptar el socialismo a nuevas realidades sin perder el control político.

China, en cambio, ha demostrado una capacidad única para **equilibrar el control político** con la **apertura económica**, lo que ha permitido que la revolución perdure y siga siendo exitosa en términos de logros económicos y sociales.

### **5. El papel del liderazgo autoritario en la estabilidad y la continuidad**

Un factor clave en el éxito de la Revolución Comunista China en comparación con las revoluciones occidentales ha sido el **liderazgo autoritario** del Partido Comunista, que ha logrado mantener un grado de **estabilidad política** a lo largo de décadas. Aunque este liderazgo ha sido criticado por su **represión** y **falta de libertades civiles**, ha permitido que el partido mantenga un control efectivo sobre el país, evitando el tipo de **fragmentación interna** que afectó a otras revoluciones.

El **control centralizado** del PCC, combinado con la capacidad de llevar a cabo **campañas masivas de movilización**, como las mencionadas anteriormente, ha permitido que el régimen comunista mantenga un alto grado de **cohesión social**. Esto contrasta con las revoluciones occidentales, donde las luchas de facciones y la falta de cohesión interna llevaron a períodos de inestabilidad y al ascenso de regímenes autoritarios que no lograron cumplir los objetivos revolucionarios iniciales.

En China, el Partido Comunista ha logrado mantenerse en el poder gracias a su capacidad para presentar su gobierno como el **heredero legítimo** de las tradiciones chinas de autoridad benevolente, pero también gracias a su **capacidad de adaptación** y su habilidad para **mantener el control político** en un contexto de cambios económicos y sociales.

La Revolución China parece haber logrado, en cierto grado, una mayor integración entre los cambios individuales y la acción política en comparación con otras revoluciones históricas, aunque esta integración no fue perfecta ni estuvo exenta de tensiones. Sin embargo, la mayor estabilidad y éxito de la revolución también se debe a una serie de factores políticos, culturales y pragmáticos que no necesariamente están relacionados con la integración de lo individual y lo colectivo.

### **El intento de integración entre cambios individuales y acción política en la Revolución China**

En términos de la integración entre los cambios individuales y la acción política, la Revolución China intentó articular la conciencia personal con la movilización colectiva a través de una serie de mecanismos políticos y sociales. El Partido Comunista, bajo el liderazgo de Mao Zedong, promovió una intensa campaña para transformar no solo las

estructuras económicas y políticas del país, sino también la conciencia individual de las masas, buscando crear lo que llamaron el "hombre nuevo socialista".

### 1.- Reeducción política y las campañas de movilización masiva

Un ejemplo de esto fue el uso de campañas de movilización masiva, como el Movimiento de Rectificación de Yan'an, la Reforma Agraria y más tarde la Revolución Cultural. Estas campañas fueron diseñadas no solo para reformar las estructuras económicas y políticas, sino también para transformar la mentalidad de las personas, inculcando los valores del comunismo y la revolución. La reeducación política y la crítica autoconsciente, como las sesiones de autocritica y las críticas públicas de las fallas individuales en relación con el ideal socialista, pretendían integrar el cambio interno de los individuos con los objetivos colectivos del Estado.

Mao Zedong creía que la revolución no solo podía transformar la economía y el sistema político, sino también las psiques individuales de los ciudadanos, liberándolos de valores tradicionales percibidos como opresivos y capitalistas, y reemplazándolos con un sentido de conciencia colectiva y servicio a la nación. En este sentido, la revolución intentó, al menos en teoría, una integración entre la transformación interna (en términos de actitudes, comportamientos y valores) y la acción política colectiva.

### 2.- La Revolución Cultural: Un intento radical de transformación interna

La Revolución Cultural (1966-1976) fue el intento más extremo de esta integración. Durante este período, se buscó desarraigar las tradiciones y mentalidades consideradas "feudales" o "burguesas", promoviendo el ideal revolucionario en cada aspecto de la vida, desde las estructuras sociales hasta la conciencia individual. Se esperaba que los individuos se redefinieran a sí mismos de acuerdo con los principios revolucionarios, renunciando a intereses individuales por el bien común.

Sin embargo, aunque la Revolución Cultural fue un intento radical de cambiar la conciencia individual para alinearla con los objetivos políticos del Estado, terminó en excesos, abusos y traumas que afectaron gravemente a millones de personas. La obsesión por la pureza ideológica y la uniformidad llevó a una represión masiva y la persecución de quienes eran vistos como desviados o contrarrevolucionarios. Este intento de forzar la integración entre lo individual y lo colectivo mostró los peligros de intentar controlar la psique humana en nombre de la política.

### **Los factores que explican el éxito de la Revolución China más allá de la integración psíquica y política**

A pesar de los esfuerzos del Partido Comunista Chino por integrar los cambios individuales con la acción política, gran parte del éxito social, económico y colectivo de la Revolución China se puede atribuir a otros factores que no necesariamente están relacionados con la transformación psicológica de los individuos.

### **A. El pragmatismo y la adaptación del comunismo al contexto chino**

Un factor clave ha sido el pragmatismo del liderazgo chino, especialmente después de la era de Mao. Deng Xiaoping, sucesor de Mao, implementó reformas económicas significativas a partir de 1978, conocidas como las reformas de apertura. Estas reformas, aunque mantuvieron el control político del Partido Comunista, permitieron una apertura gradual al mercado, fomentando el crecimiento económico sin perder la estabilidad política. Este pragmatismo es un contraste marcado con la rigidez ideológica que caracterizó a otras revoluciones, como la Revolución Rusa bajo Stalin.

Este enfoque pragmático permitió al gobierno chino mantener un control centralizado mientras se adaptaba a las demandas de un mundo en rápida globalización. Las reformas promovieron el bienestar económico de gran parte de la población, lo que contribuyó a una mayor estabilidad social y a la legitimidad continua del Partido Comunista.

### **B. El control autoritario y la cohesión social**

Otro factor ha sido la capacidad del Partido Comunista para mantener un control autoritario sobre la sociedad, evitando las luchas de facciones y la fragmentación que afectaron a otras revoluciones, como la Revolución Rusa. Este control ha permitido una mayor cohesión social y una sensación de orden y estabilidad en la vida cotidiana, algo que ha sido percibido como positivo por muchos ciudadanos chinos, especialmente en comparación con las épocas de guerra civil, caos y colonización que precedieron a la revolución.

La capacidad del régimen chino para reprimir disidencias y mantener un fuerte aparato de seguridad ha permitido que los cambios sociales y económicos se implementen de manera eficaz y sin grandes interrupciones. Aunque esta represión ha sido condenada por su violación de los derechos humanos, ha contribuido a la percepción de estabilidad y progreso entre gran parte de la población.

### **C. La cultura del colectivismo y la armonía social**

Como se mencionó anteriormente, el colectivismo inherente a la cultura china, profundamente influenciado por el confucianismo, también ha sido un factor importante. La creencia en la armonía social y en la necesidad de subordinar el interés individual al bien común ha sido una parte fundamental de la tradición china durante siglos. Esto contrasta con las revoluciones occidentales, que a menudo han estado más influenciadas por el individualismo y los ideales de libertad personal.

En el contexto chino, la obediencia al colectivo y la idea de que el líder debe actuar en beneficio del pueblo ha facilitado la aceptación de las políticas revolucionarias y el compromiso con el bien común, lo que ha contribuido a la estabilidad y el éxito a largo plazo de las reformas.

### **Limitaciones de la integración psíquica y política en la Revolución China**

A pesar de estos logros, la Revolución China no ha logrado plenamente una integración armoniosa entre los cambios individuales y la acción política, en gran parte porque la transformación de la conciencia individual se intentó imponer a través de

medios autoritarios y represivos. Aunque el Estado ha tenido éxito en transformar las estructuras económicas y sociales, el costo humano de este proceso, especialmente durante la Revolución Cultural, fue extremadamente alto. Millones de personas sufrieron persecución, trauma y represión psicológica en nombre de la revolución.

La psicoterapia o los procesos de sanación emocional no fueron parte integral del proceso revolucionario chino, como tampoco lo fueron en otras revoluciones. Si bien hubo intentos de transformar la conciencia individual, estos fueron más bien coercitivos y se centraron en el control ideológico más que en una reflexión genuina o empoderamiento personal. En este sentido, aunque China ha logrado una estabilidad mayor y un éxito económico, esto se ha logrado a costa de la libertad psicológica y emocional de sus ciudadanos, lo que puede ser una fuente de tensión latente en el futuro.

### **Conclusión: Un éxito pragmático, pero una integración limitada**

El éxito de la **Revolución Comunista China** en comparación con las revoluciones en Occidente se debe a una combinación de factores culturales, históricos y políticos. La **tradición confuciana** de liderazgo al servicio del pueblo, la cultura **colectivista**, el **pragmatismo político** y la capacidad para equilibrar **control político con apertura económica** han permitido que el Partido Comunista de China logre mayores éxitos sociales, económicos y colectivos a largo plazo.

A diferencia de las revoluciones occidentales, que fueron marcadas por una mayor fragmentación interna y un enfoque en los derechos individuales, la Revolución China se basó en principios de **cohesión colectiva** y **unidad nacional**, lo que le permitió consolidar sus logros de manera más eficaz. Este enfoque ha permitido que China siga siendo una **potencia global emergente**, manteniendo un grado de estabilidad y crecimiento que ha sido difícil de replicar en otros contextos revolucionarios.

En resumen, aunque la **Revolución China** ha sido más exitosa en términos sociales, económicos y colectivos que otras revoluciones en Occidente, este éxito no se debe en gran medida a una **integración profunda** entre los **cambios individuales** y la **acción política**. En su lugar, el éxito se ha basado en factores como el **pragmatismo económico**, el **control autoritario** y la **cultura colectivista** de China, que han facilitado la cohesión y la estabilidad. Aunque hubo intentos de transformar la conciencia individual para alinearla con los objetivos políticos, estos intentos a menudo fueron coercitivos y dejaron profundas heridas en la psique colectiva.

A largo plazo, la falta de una verdadera **transformación interna** y una **sanación emocional** podría ser una fuente de **inestabilidad** o **conflicto**, especialmente si la población comienza a demandar más **libertades individuales** y un mayor control sobre sus **vidas psicológicas**. Esto plantea la cuestión de si la estabilidad lograda por la Revolución China es realmente **sostenible** o si, en última instancia, la falta de integración entre lo individual y lo colectivo creará nuevos desafíos.

### **Autoritarismo, totalitarismo**

El autoritarismo, como un sistema político caracterizado por el poder centralizado, las libertades personales limitadas y el control sobre varios aspectos de la sociedad, puede tener profundos impactos en la salud mental. Estos impactos se manifiestan tanto a nivel

individual como colectivo, a menudo creando un ambiente psicológico que fomenta el miedo, el estrés y la represión. A continuación se presentan las principales formas en que el autoritarismo afecta la salud mental:

### **1. Estrés Crónico y Ansiedad**

- **Vigilancia y Control:** En los regímenes autoritarios, las personas suelen vivir bajo constante vigilancia y sienten la presión del control gubernamental sobre sus acciones, palabras y movimientos. Esto genera **estrés crónico y ansiedad**, ya que los individuos son conscientes de que incluso pequeños actos podrían llevar a castigos o a ser marginados socialmente.

- **Miedo a las Repercusiones:** La amenaza de arresto, censura o violencia crea un clima de miedo que puede exacerbar los **trastornos de ansiedad**. Las personas pueden volverse hipervigilantes, preocupándose constantemente por decir o hacer algo incorrecto, lo que provoca niveles elevados de hormonas del estrés, como el cortisol.

### **2. Represión de la Expresión Emocional**

- **Supresión de la Libre Expresión:** Los gobiernos autoritarios suelen limitar la libertad de expresión, la expresión artística y el disenso público. Esta represión de la libertad emocional e intelectual puede generar sentimientos de **frustración, impotencia y rabia internalizada**, los cuales están asociados con condiciones como la **depresión**.

- **Impacto en la Identidad:** Cuando las personas se ven obligadas a conformarse a normas sociales rígidas o ideologías políticas, su capacidad para explorar y expresar su **identidad auténtica** se ve limitada. Esto puede llevar a sentimientos de **alienación, baja autoestima y confusión de identidad**, lo que contribuye a **síntomas depresivos** y a una sensación disminuida de autoestima.

### **3. Trauma Colectivo**

- **Violencia y Represión Estatal:** En los sistemas autoritarios, los individuos y los grupos pueden experimentar violencia directa, como detenciones arbitrarias, tortura o violencia masiva (como se vio en la Alemania nazi, la URSS estalinista o la Corea del Norte contemporánea). Estas experiencias generan un **trauma colectivo generalizado**, lo que puede resultar en **trastorno de estrés postraumático (TEPT) o TEPT complejo** en aquellos que experimentan abusos continuos.

- **Trauma Transgeneracional:** Los efectos psicológicos de vivir bajo autoritarismo también pueden transmitirse a través de generaciones. Los niños que crecen en estos entornos pueden heredar el **miedo, trauma y cicatrices emocionales** de sus padres o comunidades, lo que provoca consecuencias duraderas para la salud mental.

### **4. Aislamiento y Fragmentación Social**

- **Ruptura de Vínculos Sociales:** Los regímenes autoritarios a menudo intentan controlar y fragmentar las relaciones sociales para evitar la disidencia. Los sistemas de vigilancia e informantes pueden hacer que amigos, familias y

comunidades se vuelvan unos contra otros, fomentando la **desconfianza** y la **paranoia**. La ruptura de los lazos sociales genera **soledad** y **aislamiento**, que son factores de riesgo significativos para problemas de salud mental como la **depresión** y la **ansiedad**.

- **Pérdida de Resiliencia Comunitaria:** Las comunidades controladas por gobiernos autoritarios a menudo pierden la capacidad de autoorganizarse, ofrecer apoyo y fomentar la resiliencia social. La pérdida de estas redes comunitarias exacerba los sentimientos de **desesperanza** e **impotencia**, especialmente en tiempos de crisis.

## 5. Censura y Acceso Limitado a Recursos de Salud Mental

- **Servicios de Salud Mental Restringidos:** En muchos países autoritarios, el acceso a la atención de salud mental es limitado, censurado o controlado por el estado. Las terapias que promueven la **autoexpresión** o el **empoderamiento** pueden considerarse subversivas, lo que lleva a restricciones en el cuidado psicológico que podría ayudar a las personas a enfrentar condiciones opresivas.

- **Estigmatización de las Enfermedades Mentales:** Los regímenes autoritarios pueden promover normas culturales que estigmatizan los problemas de salud mental como signos de debilidad o falta de lealtad al régimen. Esto puede evitar que las personas busquen ayuda, lo que provoca que los problemas de salud mental queden sin tratar y aumenten las tasas de **suicidio** o **abuso de sustancias**.

## 6. Pérdida de Agencialidad y Desesperanza Aprendida

- **Erosión de la Agencialidad Personal:** En las sociedades autoritarias, los individuos a menudo sienten que tienen poco control sobre sus vidas debido a las políticas gubernamentales, la censura y la represión. Con el tiempo, esto puede llevar a la **desesperanza aprendida**, un estado psicológico en el que las personas dejan de intentar cambiar sus circunstancias porque creen que nada mejorará. Esto está estrechamente relacionado con la **depresión** y la **apatía**.

- **Desesperación Existencial:** La falta de agencia, junto con la imposibilidad de imaginar un futuro libre de opresión, puede llevar a una **desesperación existencial**. Muchas personas bajo regímenes autoritarios experimentan una profunda sensación de falta de sentido, lo cual es una característica clave de los **trastornos depresivos**.

## 7. Normalización del Trauma

- **Desensibilización:** Con el tiempo, el trauma y el miedo generados por un régimen autoritario pueden volverse normalizados, lo que significa que las personas pueden dejar de reconocer el grado de angustia en el que se encuentran. Esto puede crear una cultura donde los **problemas de salud mental** se minimizan o se ignoran porque se han vuelto tan comunes.

- **Afrontamiento mediante la Disociación:** En entornos altamente traumáticos, las personas pueden recurrir a la **disociación** como un mecanismo de afrontamiento. Esto implica distanciarse emocionalmente de la realidad para evitar lidiar con sentimientos abrumadores de miedo o dolor. Si bien esto puede ayudar a corto plazo, la disociación crónica puede generar problemas de salud mental a largo plazo.

## **Ejemplos Históricos de Autoritarismo y su Impacto en la Salud Mental**

- **Unión Soviética (era estalinista):** El miedo generalizado a las purgas, detenciones arbitrarias y ejecuciones generó altos niveles de ansiedad, trauma y depresión entre los ciudadanos soviéticos. Los sobrevivientes de los gulags, los campos de trabajo y las purgas políticas a menudo sufrieron de TEPT severo, con poca o ninguna atención de salud mental disponible.
- **Alemania nazi:** Además del trauma directo del Holocausto, los alemanes que vivieron bajo el régimen nazi experimentaron un estrés psicológico debido a la represión del disenso y la conformidad ideológica forzada. El miedo al castigo y la vigilancia generaron ansiedad y obediencia mediante el terror.
- En la **dictadura de Franco** en España (1939-1975), miles de personas fueron arrestadas, ejecutadas o exiliadas, lo que generó un clima de miedo y ansiedad generalizada. La represión política y cultural afectó profundamente a varias generaciones.
- **China (Revolución Cultural):** La represión extrema durante la Revolución Cultural de Mao creó paranoia y miedo generalizados. Las familias fueron destruidas, las personas fueron humilladas o perseguidas públicamente, y el trauma colectivo se extendió por la sociedad china, con efectos psicológicos duraderos.
- **Corea del Norte:** La extrema vigilancia, el aislamiento y el miedo al castigo en Corea del Norte resultan en una población que vive con altos niveles de ansiedad, miedo y represión. Los servicios de salud mental son prácticamente inexistentes, y la total lealtad al régimen suprime la libertad emocional.
- En **Argentina** (1976-1983), durante la dictadura militar, las desapariciones forzadas y la represión política generaron un miedo omnipresente entre la población. Familias vivían con el miedo constante de perder a un ser querido por el accionar de las fuerzas armadas. Más de 30,000 personas desaparecieron bajo la dictadura militar. La tortura y la brutal represión generaron TEPT entre sobrevivientes y familiares de los desaparecidos, quienes, hasta hoy, lidian con los traumas de esa época.
- Bajo el régimen de los **jermes rojos en Camboya** (1975-1979), las purgas masivas y la brutal represión de toda oposición política crearon un ambiente de terror que llevó a la muerte de millones, en lo que se conoció como el **genocidio camboyano**. Aproximadamente 2 millones de personas murieron, y los sobrevivientes cargan con un TEPT profundo, no solo por las muertes, sino por las condiciones inhumanas en que fueron forzados a vivir.
- En **Chile** (1973-1990), bajo la dictadura de Augusto Pinochet, el régimen militar censuraba la cultura, las artes y la disidencia política. Esto llevó a una represión emocional masiva, donde la tristeza y la ira no podían expresarse abiertamente.
- En **Brasil** (1964-1985), la dictadura militar no solo reprimió a los disidentes, sino que también limitó el acceso a tratamientos psicológicos para las víctimas de tortura o aquellos que sufrían por la desaparición de sus seres queridos.
- En **Venezuela**, bajo el régimen autoritario que comenzó con **Hugo Chávez** y continuó con **Nicolás Maduro**, la **crisis económica y política**, junto con la represión gubernamental, ha generado un estado de **estrés constante** en la población. Las protestas contra el gobierno han sido reprimidas violentamente, creando un ambiente de **miedo y desconfianza**.

El autoritarismo impacta negativamente la salud mental al fomentar el miedo crónico, reprimir la expresión emocional y aislar a las personas de las redes de apoyo social. Los efectos pueden ser devastadores, llevando a trastornos como ansiedad, depresión, TEPT y otros problemas de salud mental, que se agravan por la falta de acceso a la atención psicológica. Si bien la salud mental puede verse afectada por experiencias personales, los sistemas autoritarios a menudo crean condiciones sociales que exacerban el sufrimiento psicológico a gran escala.

## **Superar los traumas colectivos**

Superar los **traumas colectivos** es un proceso complejo y multifacético que implica no solo la **sanación individual**, sino también una **transformación social y cultural**. Los traumas colectivos surgen de experiencias devastadoras compartidas por una comunidad, como conflictos bélicos, genocidios, dictaduras, desastres naturales o crisis económicas. A continuación, te presento algunas estrategias fundamentales para abordar y superar los traumas colectivos:

### **1. Reconocimiento y Memoria Histórica**

- **Aceptar y reconocer el pasado** es el primer paso para sanar un trauma colectivo. Es esencial que las experiencias traumáticas sean **visibilizadas y validadas** por la sociedad, en lugar de ser ignoradas o reprimidas. El reconocimiento oficial y social del dolor vivido es fundamental para que las víctimas sientan que su sufrimiento es comprendido.

- **Memoria histórica:** Los mecanismos como **comisiones de verdad, monumentos conmemorativos, días de memoria**, y la enseñanza de la historia en las escuelas ayudan a preservar la verdad de lo ocurrido y evitar la negación o el olvido. Ejemplos incluyen la Comisión de la Verdad en **Sudáfrica** tras el apartheid, o los esfuerzos de reconciliación en **Rwanda** tras el genocidio.

- **Ejemplo:** En **Argentina**, las organizaciones como las **Madres y Abuelas de Plaza de Mayo** han sido cruciales para preservar la memoria histórica de las víctimas de la dictadura y exigir justicia. Este reconocimiento ayuda a las generaciones posteriores a entender lo ocurrido y evitar la repetición del trauma.

### **2. Justicia y Reparación**

- **Justicia:** El proceso de sanación requiere justicia, lo que significa **responsabilizar** a los perpetradores de las violaciones y abusos cometidos. Los tribunales internacionales, las cortes nacionales y las comisiones de la verdad son algunos de los mecanismos que pueden ayudar a procesar a los responsables de los crímenes que llevaron al trauma colectivo.

- **Reparación:** Además del castigo a los culpables, es importante que las víctimas reciban **compensaciones**, ya sean económicas, simbólicas o emocionales. Esto puede incluir la restitución de derechos, disculpas públicas o indemnizaciones. La reparación restituye, en cierta medida, la dignidad de las víctimas y facilita la reconstrucción del tejido social.

- **Ejemplo:** En **Alemania**, tras el Holocausto, el gobierno alemán estableció reparaciones económicas y simbólicas para las víctimas judías y sus familias. Si bien nada puede revertir el trauma, este acto ha sido visto como un paso hacia la reconciliación y la sanación colectiva.

### 3. Construcción de Redes de Apoyo y Comunidades Resilientes

- **Apoyo comunitario:** La sanación del trauma colectivo también debe ser un proceso comunitario. Las **redes de apoyo** entre familiares, amigos y comunidades ofrecen un espacio seguro donde compartir experiencias y fortalecer la resiliencia emocional.

- **Terapias grupales:** Las terapias de grupo, los círculos de sanación y los encuentros comunitarios permiten a las personas afectadas **compartir su dolor** en un entorno solidario. Estas dinámicas permiten que los individuos no solo procesen su dolor personal, sino también que vean cómo otros lidian con problemas similares, lo que ayuda a reducir el sentimiento de aislamiento.

- **Ejemplo:** En **Rwanda**, tras el genocidio de 1994, se han creado múltiples grupos comunitarios de sanación. En estos encuentros, los sobrevivientes y perpetradores de la violencia se encuentran en procesos de reconciliación comunitaria que han sido claves para la reconstrucción social y emocional del país.

### 4. Terapia y Procesos de Sanación Psicológica

- **Psicoterapia:** A nivel individual y colectivo, la **psicoterapia** es esencial para superar los traumas. Tanto la terapia individual como la grupal permiten a las personas **procesar el dolor, reconstruir la confianza en los demás y reconectar con su identidad**. Especialmente en el caso de traumas colectivos, enfoques como la **terapia de trauma** (por ejemplo, EMDR) o **psicoterapia junguiana** pueden ayudar a las personas a confrontar el dolor y transformar el trauma.

- **Cuidado culturalmente adecuado:** La terapia debe adaptarse al contexto cultural de las personas afectadas. En muchas sociedades, la **espiritualidad, las tradiciones culturales y las prácticas religiosas** juegan un papel crucial en el proceso de sanación.

- **Ejemplo:** En **Sudáfrica**, tras el apartheid, se llevaron a cabo esfuerzos para integrar prácticas tradicionales de sanación con la psicoterapia occidental, reconociendo la importancia de las raíces culturales en la sanación emocional.

### 5. Reconciliación y Diálogo Intergeneracional

- **Reconciliación:** El **diálogo** entre víctimas y perpetradores, o entre diferentes facciones de una sociedad dividida, es crucial para superar el trauma. Si bien la reconciliación puede ser difícil, establecer espacios donde las personas puedan **contar sus historias y escuchar a los demás** puede ser un paso importante hacia la sanación.

- **Diálogo intergeneracional:** En los traumas colectivos, el dolor no solo se queda en las generaciones que vivieron los hechos, sino que puede transmitirse a través de generaciones. El diálogo entre generaciones permite compartir las experiencias de trauma, al mismo tiempo que se construyen nuevas narrativas más positivas para el futuro.

- **Ejemplo:** En **Colombia**, tras décadas de conflicto armado, se han implementado **programas de reconciliación y diálogo intergeneracional** para que las nuevas generaciones puedan conocer el pasado violento del país, procesar las heridas y construir un futuro más pacífico.

## 6. Transformación Cultural y Educación

- **Transformación cultural:** El trauma colectivo a menudo requiere una transformación profunda de las **narrativas culturales** que sustentan el sufrimiento. Esto puede implicar la redefinición de símbolos, mitos y discursos que justifiquen la violencia o la opresión. Transformar la cultura es clave para romper el ciclo de trauma.

- **Educación:** Incluir la historia del trauma en los programas educativos es crucial para que las nuevas generaciones entiendan el pasado y no repitan los mismos errores. Además, la educación en **tolerancia, derechos humanos y resolución de conflictos** puede prevenir la repetición de los traumas colectivos.

- **Ejemplo:** En **Alemania**, la educación sobre el Holocausto es un componente esencial en las escuelas. Este enfoque ha sido clave para evitar la negación histórica y para enseñar valores de tolerancia, respeto y derechos humanos a las nuevas generaciones.

## 7. Rituales y Prácticas Espirituales

- **Rituales colectivos:** Muchas culturas recurren a los **rituales** como una forma de **procesar el dolor colectivo** y cerrar ciclos traumáticos. Estos rituales pueden incluir ceremonias de duelo, entierros simbólicos o prácticas espirituales que permiten a las comunidades procesar el trauma en un entorno sagrado.

- **Espiritualidad:** puede ser un componente esencial en la sanación del trauma colectivo. Las tradiciones religiosas y espirituales ofrecen marcos de significado que permiten a las personas y las comunidades integrar el dolor y buscar la redención o la paz.

- **Ejemplo:** En **Ruanda**, tras el genocidio, las comunidades han recurrido tanto a rituales cristianos como a prácticas espirituales tradicionales para procesar el dolor de la masacre. Las iglesias y los líderes comunitarios han jugado un papel importante en la sanación espiritual y emocional.

Superar el **trauma colectivo** requiere un enfoque integral que aborde tanto el dolor individual como las **heridas sociales y culturales**. La **reparación histórica**, la **justicia**, la **memoria**, la **sanación psicológica**, y la **transformación cultural** son aspectos clave de este proceso. La comunidad y el diálogo intergeneracional, junto con prácticas espirituales y culturales, permiten a las sociedades comenzar a sanar y reconstruir tras experiencias traumáticas compartidas. Aunque el proceso es largo y difícil, las sociedades que se enfrentan a su pasado con honestidad y compasión pueden emerger más resilientes y unidas.

## Conclusiones

La **dimensión política de la psicoterapia**, tal como se describe en el documento, resalta que la psicoterapia puede ser una **herramienta poderosa** para empoderar a los individuos y ayudarlos a tomar conciencia crítica de cómo su sufrimiento está enraizado en estructuras sociales más amplias. Al validar la experiencia del paciente, conectar su dolor con problemas estructurales y ofrecer un espacio para el **empoderamiento personal y la acción colectiva**, la psicoterapia puede convertirse en un **catalizador de cambio** no solo a nivel individual, sino también en el ámbito social y político.

## **La dimensión política de la psicoterapia**

Esta dimensión política implica que la psicoterapia puede ayudar a los pacientes no solo a encontrar alivio a su sufrimiento, sino también a participar activamente en la **transformación social** necesaria para abordar las raíces de ese sufrimiento. A través de la toma de conciencia, el fortalecimiento de redes comunitarias y el desarrollo de estrategias de resistencia, la psicoterapia puede tener un impacto profundo tanto en el **bienestar personal** como en la **justicia social**.

Se destaca la importancia de comprender la psicoterapia no solo como un proceso individual de sanación emocional, sino como una herramienta potencial para la transformación social. A lo largo del texto se establece que la psicoterapia tiene el potencial de empoderar a los individuos, ayudándolos a tomar conciencia de cómo las estructuras sociales y políticas afectan su bienestar psicológico. La transformación interna que promueve la psicoterapia puede, a su vez, inspirar una acción política que desafíe las dinámicas opresivas que perpetúan el sufrimiento individual y colectivo.

Las teorías psicoanalíticas, como las de Carl Jung, enriquecen esta visión, especialmente al considerar el papel de lo inconsciente colectivo en la perpetuación de las dinámicas de poder y opresión. Jung señalaba que “el inconsciente colectivo está constituido por arquetipos, patrones de conducta y pensamientos heredados” que, si no se integran adecuadamente, pueden expresarse en formas destructivas a nivel social y político (Jung, 1959). Este enfoque psicoanalítico sugiere que, sin una transformación interna, los cambios externos en las estructuras políticas pueden resultar insuficientes para una verdadera liberación.

De igual manera, Freud mencionaba en sus trabajos que “la civilización es una fuente constante de represión para el ser humano” (Freud, 1930), lo cual refuerza la idea de que los individuos no pueden sanar completamente sin un contexto social que también evolucione. Este proceso terapéutico, que incluye tanto la sanación interna como el cuestionamiento de las dinámicas de poder, es fundamental para superar el trauma colectivo y prevenir que las sociedades repitan patrones opresivos a lo largo del tiempo.

Además, como destaca Wilhelm Reich, “sin la libertad emocional, la libertad política es una ilusión” (Reich, 1945), lo que sugiere que la psicoterapia puede ser clave para desbloquear nuevas formas de acción política que no estén basadas en estructuras opresivas internalizadas. Esta idea está alineada con la necesidad de una integración profunda entre la transformación psicológica y el cambio político.

Finalmente, se plantea la creación de redes comunitarias como un espacio crucial para el cambio social, ya que la sanación emocional individual es solo un paso hacia la movilización colectiva. La construcción de estas redes ofrece una plataforma para resistir las estructuras opresivas y abogar por la justicia social, en sintonía con las ideas de resistencia política pacífica propuestas por Theodor Adorno, quien afirmaba que “la única manera de ser libres es resistiendo a lo que nos convierte en máquinas” (Adorno, 1966).

En conclusión, la psicoterapia puede y debe ser vista como un acto político que facilita la transformación social, conectando lo personal con lo colectivo, y permitiendo que los individuos no solo superen sus traumas, sino que participen activamente en la construcción de un futuro más justo y equitativo.

Se necesita una praxis de psicoterapia que aborde lo inconsciente colectivo junto al inconsciente personal desde una perspectiva sistémica de la complejidad y la consiliencia y que esté en continua investigación clínica y psicosocial con investigaciones de campo.

El paradigma del Psicoanálisis Junguiano se ajusta a esa cosmovisión. Un ejemplo de investigación es *¿La psicoterapia transforma la praxis moral?*<sup>1</sup> (García, M. 2017) se

---

<sup>1</sup> García, M. (2017). ¿La psicoterapia transforma la praxis moral? *Anuari de Psicologia*, 18 (2 Monogràfic: L. Kohlberg i D. Kahneman). <https://doi.org/10.7203%2FAnuari.psicologia.18.2.89>

analizaba la competencia moral de sujetos que han hecho psicoterapia en comparación a un grupo control que no la han hecho. Se demuestra que a medida que la psicoterapia avanza los analizandos cambian su disposición moral de deontologista a consecuencialista. La investigación prueba con soporte científico algo que los terapeutas que observamos la evolución de la conciencia moral constatamos en la clínica.

## **Análisis de "La dimensión política de la psicoterapia"**

**1. Introducción:** El documento explora la intersección entre la psicoterapia y la política, resaltando que la psicoterapia no solo es una herramienta de sanación personal, sino también un catalizador de cambio social. En este sentido, las estructuras políticas influyen en el sufrimiento emocional de las personas, y la psicoterapia ofrece un espacio para reflexionar sobre estas influencias y desarrollar una conciencia crítica. Esto plantea la idea de que el sufrimiento individual está vinculado a un malestar colectivo, y que abordar los problemas estructurales es esencial para la sanación personal y social.

### **Dimensiones de Convergencia entre Psicoterapia y Política**

**2. Bienestar Individual y Colectivo:** Tanto la psicoterapia como la política comparten un objetivo común: el bienestar de las personas. Mientras que la psicoterapia se enfoca en la salud mental y emocional del individuo, la política se ocupa de las estructuras sociales que impactan este bienestar. El cambio terapéutico busca sanar al individuo, mientras que la política transforma el entorno social para mejorar la calidad de vida de la colectividad.

**3. Cambio y Transformación:** La psicoterapia y la política tienen como objetivo común la transformación, aunque a diferentes niveles. La psicoterapia busca cambiar patrones destructivos individuales, mientras que la política persigue cambios estructurales que afecten la vida de las personas a nivel social. La convergencia se da cuando ambos trabajan en armonía para facilitar el cambio tanto interno como externo.

**4. Poder y Libertad:** El poder es central en ambos ámbitos, aunque desde distintas perspectivas. En la psicoterapia, se trabaja para devolverle al individuo el poder sobre su propia vida, mientras que en la política se maneja el poder a nivel macro, influyendo en la libertad de los ciudadanos. La terapia puede ayudar a las personas a liberarse de influencias políticas opresivas y tomar el control de sus vidas.

**5. Justicia e Injusticia:** La psicoterapia aborda los efectos emocionales de las injusticias que los individuos sufren (como el trauma, el abuso y las desigualdades), mientras que la política trata de remediar esas injusticias a través de cambios en las leyes y las estructuras sociales. La terapia ayuda a sanar heridas emocionales, pero es la política la que puede cambiar las condiciones que las provocan.

**6. Identidad y Pertenencia:** La identidad es una dimensión crucial en la psicoterapia, mientras que la política también influye en las identidades colectivas de grupos sociales. En terapia, las personas exploran su sentido de sí mismas, mientras que

## ***La dimensión política de la psicoterapia***

en política, las identidades colectivas influyen en la cohesión social y en la percepción de pertenencia a una comunidad.

### **Dimensiones de Divergencia entre Psicoterapia y Política**

**7. Enfoque: Individual vs. Colectivo:** La psicoterapia se enfoca en el individuo y sus procesos internos, mientras que la política trabaja a nivel colectivo. Aunque ambos ámbitos se influyen mutuamente, la psicoterapia trata de resolver conflictos intrapersonales, mientras que la política actúa sobre las estructuras sociales que afectan a grandes grupos de personas.

**8. Método: Relación vs. Institución:** La psicoterapia se basa en la relación interpersonal entre terapeuta y paciente, mientras que la política opera a través de instituciones formales. Esta diferencia marca una divergencia en los métodos: la terapia es íntima y subjetiva, mientras que la política es pública y estructurada.

**9. Objetivo: Sanación vs. Gobernanza:** El objetivo de la psicoterapia es sanar a nivel emocional y mental, mientras que la política se encarga de gestionar y gobernar las estructuras sociales. La terapia está orientada hacia el bienestar psicológico, mientras que la política busca mantener el orden social y distribuir recursos de manera equitativa.

### **Sistemas Políticos y la Psicoterapia**

**10. Contexto Político y Acceso a la Psicoterapia:** El documento examina cómo diferentes sistemas políticos afectan el acceso a la psicoterapia. En democracias liberales, la psicoterapia es ampliamente accesible y se considera una herramienta válida para el bienestar mental, mientras que en regímenes totalitarios o autoritarios, la terapia puede ser reprimida o vista como una amenaza para el poder, ya que fomenta el empoderamiento y la crítica social.

**11. Psicoterapia en Contextos Represivos:** En regímenes autoritarios, la psicoterapia puede actuar como una forma de resistencia pacífica, proporcionando a los individuos estrategias para enfrentarse a la opresión. Al ofrecer un espacio seguro para la reflexión crítica, la terapia puede ayudar a las personas a encontrar formas de expresar su resistencia sin comprometer su bienestar emocional.

### **La Dimensión Política de la Psicoterapia como Catalizador del Cambio**

**12. Conciencia Crítica y Sanación Emocional:** El texto destaca que la psicoterapia debe ir más allá de la sanación emocional individual y promover una conciencia crítica. Al ayudar a los pacientes a identificar las estructuras sociales que contribuyen a su malestar, la terapia los empodera para participar activamente en la transformación social.

**13. Sufrimiento Colectivo e Individual:** El sufrimiento emocional no está aislado, sino que forma parte de un malestar colectivo causado por problemas estructurales como la desigualdad, la pobreza y la violencia política. La psicoterapia ayuda a los individuos a conectar su sufrimiento personal con estas realidades sociales, permitiéndoles encontrar formas de sanar colectivamente.

**14. Empoderamiento Frente a la Opresión:** La psicoterapia ofrece a los individuos una oportunidad para recuperar el control sobre sus vidas, incluso en contextos de opresión política. Este empoderamiento puede manifestarse en la participación en movimientos sociales o en la creación de redes comunitarias que fomenten el cambio **social**.

### **Articulación entre Psicoterapia y Acción Política**

**15. El Sufrimiento como Reflejo de Estructuras Sociales Disfuncionales:** El documento destaca que muchos de los problemas emocionales que enfrentan las personas (como la ansiedad y la depresión) son síntomas de estructuras sociales disfuncionales. La psicoterapia debe abordar tanto el malestar individual como sus causas sociales para promover una verdadera transformación.

**16. La Terapia como Motor de Conciencia Crítica:** La psicoterapia puede ser un espacio donde los individuos desarrollan una conciencia crítica sobre las dinámicas de poder y opresión que influyen en sus vidas. Este proceso les permite desindividualizar sus problemas y verlos como parte de una lucha más amplia.

**17. La Transformación Interna como Precursor de la Acción Social:** La terapia ofrece a los pacientes herramientas para gestionar sus emociones y superar el trauma. Sin embargo, la verdadera transformación ocurre cuando estas habilidades se utilizan para participar en el cambio social, desafiando las estructuras que perpetúan el sufrimiento.

### **Resistencia Pacífica y Redes Comunitarias**

**18. Psicoterapia como Herramienta de Resistencia:** En contextos de represión política, la psicoterapia puede ayudar a los individuos a canalizar sus emociones hacia formas constructivas de resistencia. Esto puede incluir la participación en movimientos de justicia social o la creación de redes de apoyo comunitario.

**19. Redes de Apoyo y Movilización Social:** El documento subraya la importancia de las redes comunitarias en el proceso terapéutico. Conectarse con otros que compartan experiencias similares ofrece a los pacientes un sentido de pertenencia y los ayuda a movilizarse colectivamente para enfrentar la opresión.

**20. De la Terapia a la Acción Política:** El trabajo terapéutico puede ser el primer paso hacia la acción política. Al tomar conciencia de las causas sociales de su sufrimiento, los individuos pueden sentirse motivados para actuar y participar en movimientos que buscan transformar esas estructuras.

### **Conclusiones Generales del Documento**

**21. La Sinergia entre lo Personal y lo Político:** El documento concluye que "lo personal es político", y la psicoterapia no puede desvincularse de las dinámicas sociales más amplias. Al combinar la sanación emocional con la conciencia crítica y la acción colectiva, se pueden generar cambios significativos tanto a nivel individual como social.

**Propuestas para la reflexión:**

1. **Intersección Psicoterapia-Política:** La psicoterapia no solo trata problemas emocionales individuales, sino que también puede contribuir al cambio social.
2. **Conciencia Crítica:** La psicoterapia fomenta una toma de conciencia sobre cómo las estructuras sociales perpetúan el sufrimiento.
3. **Empoderamiento Político:** A través de la terapia, los individuos pueden encontrar formas de actuar políticamente para cambiar su realidad.
4. **Influencia Política en la Terapia:** El acceso y el rol de la psicoterapia dependen de las estructuras políticas del contexto en que se encuentre.
5. **Desigualdad y Sufrimiento:** La terapia ayuda a identificar cómo la desigualdad económica y la opresión política afectan la salud mental.
6. **Psicoterapia como Resistencia:** En contextos represivos, la terapia puede actuar como una forma de resistencia pacífica, proporcionando estrategias para enfrentar la opresión.
7. **Redes Comunitarias:** El fortalecimiento de redes comunitarias es esencial para la sanación colectiva y la movilización social.
8. **El poder en la psicoterapia:** El trabajo terapéutico también se enfoca en devolver al individuo el poder sobre su propia vida.
9. **Diferencias entre Política y Terapia:** La política opera a nivel colectivo y estructural, mientras que la terapia se enfoca en el individuo y lo intrapersonal.
10. **Sistemas Políticos Represivos:** Regímenes autoritarios limitan el acceso a la psicoterapia, considerándola subversiva.
11. **Democracias y Psicoterapia:** En democracias liberales, la psicoterapia es más accesible, al promover la libertad de expresión y el bienestar psicológico.
12. **Sanación Individual y Colectiva:** Tanto la política como la terapia buscan transformar condiciones que afectan la calidad de vida, aunque en niveles distintos.
13. **Cambio como Meta Común:** Tanto la terapia como la política promueven el cambio: la primera en el individuo, la segunda en la sociedad.
14. **Justicia e Injusticia:** La terapia trata las heridas psicológicas causadas por injusticias sociales, mientras que la política trabaja para corregir esas injusticias estructurales.
15. **Identidad y Pertenencia:** La política afecta la identidad colectiva, mientras que la psicoterapia busca construir una identidad individual estable.
16. **Poder Político vs. Poder Personal:** En política, el poder es externo; en psicoterapia, se trata de recuperar el poder personal.
17. **Métodos Divergentes:** La política utiliza mecanismos formales e institucionales; la terapia se basa en la relación personal y el trabajo subjetivo.
18. **Transformación Social y Terapéutica:** La terapia puede ser un catalizador para que los individuos se movilicen políticamente.
19. **Enfoque Colectivo:** La política se enfoca en cambios estructurales que impactan a grandes grupos, mientras que la psicoterapia se centra en el individuo.
20. **Psicoterapia y Sistemas Políticos:** En regímenes totalitarios, la psicoterapia se reprime porque se ve como una amenaza al control social.
21. **Contexto de Democracias:** En sistemas democráticos, la psicoterapia apoya la libertad individual y la capacidad de actuar políticamente.
22. **Política de Salud Mental:** Algunos sistemas políticos, como el estado de bienestar, favorecen el acceso a la psicoterapia mediante políticas de salud pública.

23. **Terapia en Sistemas Neoliberales:** En contextos de capitalismo neoliberal, el acceso a la terapia es limitado y favorece a las clases altas.
24. **Psicoterapia y Conciencia Crítica:** La psicoterapia puede ser un espacio para que los individuos tomen conciencia de las estructuras sociales que perpetúan su sufrimiento.
25. **Transformación Interna para el Cambio Social:** La terapia ofrece herramientas emocionales que pueden traducirse en activismo político.
26. **Sufrimiento Colectivo e Individual:** El sufrimiento emocional individual es un reflejo de malestares colectivos generados por estructuras sociales injustas.
27. **Empoderamiento y Resiliencia:** La psicoterapia ayuda a los individuos a empoderarse y resistir frente a estructuras opresivas.
28. **La Dimensión Temporal:** La psicoterapia es un proceso continuo, mientras que la política requiere de acciones más inmediatas para resolver crisis.
29. **Escala de Impacto:** La psicoterapia impacta directamente al individuo, mientras que la política tiene un impacto en el entorno social más amplio.
30. **Transformación Personal y Acción Social:** El sufrimiento emocional puede convertirse en un motor para el cambio político y social.
31. **Se necesita una praxis de psicoterapia que aborde lo inconsciente colectivo junto al inconsciente personal desde una perspectiva sistémica de la complejidad y la consiliencia y que esté en continua investigación clínica y psicosocial con investigaciones de campo.**

#### **Comentario autocrítico**

El artículo *La dimensión política de la psicoterapia* ofrece una reflexión interesante que intenta estar bien fundamentada sobre la interrelación entre el campo de la psicoterapia y las estructuras políticas que influyen en la vida humana. Una de las principales propuestas del texto es su propuesta para conectar el trabajo terapéutico, que a menudo se considera un proceso individual y privado, con la realidad social más amplia en la que se encuentran los pacientes. Esta articulación entre lo personal y lo político intenta ser una de las contribuciones más valiosas del artículo, pues proporciona una visión holística de cómo los problemas emocionales y psicológicos no pueden separarse de las condiciones políticas y sociales en las que se desarrollan.

Uno de los puntos más fuertes del texto es su análisis de cómo diferentes sistemas políticos afectan el acceso y el rol de la psicoterapia. En regímenes democráticos, la terapia es vista como un medio legítimo para fomentar el bienestar personal, mientras que en contextos autoritarios, es vista como una amenaza al control social y político. Esta distinción es útil para entender la relevancia política que puede tener la terapia en la sociedad contemporánea, especialmente en momentos donde las libertades civiles están bajo amenaza en varios países.

Sin embargo, el artículo es generalista, podría ser más detallado en cuanto a ejemplos concretos de cómo la psicoterapia ha funcionado como un medio de resistencia pacífica en contextos represivos. Aunque se menciona esta idea, falta un desarrollo más profundo que muestre ejemplos históricos o actuales de esta resistencia, lo cual ayudaría a fortalecer el argumento. Falta también ejemplificarlo con ejemplos concretos de pacientes tratados en psicoterapia. Además, aunque se menciona el trauma colectivo, el texto no profundiza en cómo la terapia puede abordar el trauma histórico o intergeneracional, que es clave en muchas situaciones de represión política. Integrar enfoques terapéuticos que aborden el trauma social a gran escala podría haber añadido una dimensión adicional a la discusión.

Del mismo modo, el texto podría beneficiarse de un análisis más crítico de los límites que tiene la psicoterapia como herramienta de cambio social. Si bien es cierto que la terapia puede empoderar a los individuos para actuar políticamente, también es importante reconocer que no siempre lleva a un compromiso social o político, ya que muchos procesos terapéuticos se centran únicamente en el individuo y muchas corrientes de psicoterapia no se plantean ir más allá de normalizar al individuo adaptándolo a las condiciones de su sociedad, o no se planean nada más que paliar unos síntomas sin tratar de modificar la estructura de la personalidad.

Por último, el artículo ofrece una visión idealista de la psicoterapia como catalizador del cambio social, ya que el contexto de la realidad política actual presenta desafíos significativos. En muchos lugares, el acceso a la terapia sigue siendo limitado a sectores privilegiados, y las barreras económicas y sociales impiden que grandes grupos de personas puedan beneficiarse de los efectos emancipadores que propone el texto. Abordar estos límites más concretamente habría brindado una perspectiva más equilibrada.

Soy consciente de estos sesgos y de las carencias académicas por no haber incluido citas de propuestas de autores psicoanalíticos, filósofos, políticos, antropólogos, ... y de investigaciones sobre esta temática, pero espero que aun con ello el artículo pueda servir para estimular a pensar sobre la importancia de vincular la psicoterapia con las dinámicas políticas, resaltando su capacidad para empoderar a los individuos frente a las estructuras opresivas. Me he permitido la licencia de hacer un artículo ligero de citas y, por lo tanto, más rápido de construir. Con las referencias que aportó a continuación el lector puede hacerse una idea de los autores y obras que me inspiran para mis reflexiones y propuestas.

### **Referencias**

- Abac, M. (2008). *La personalidad velada. La sensualidad reprimida y la creación*. Fata Morgana.
- Adorno, T. (1951). *Minima moralia: Reflexiones desde la vida dañada*. Ediciones Akal (2022).
- Arendt, H. (1951). *Los orígenes del totalitarismo*. Alianza (2006).
- Armengol, R. (2010). *Felicidad y dolor. Una mirada ética*. Barcelona: Ariel.
- Armstrong, K. (2012). *Naturaleza sagrada: Cómo podemos recuperar nuestro vínculo con el mundo natural* (T. Fernández Aúz, Trad.). Barcelona: Crítica/Planeta.
- Assmann, J. (2014). *Violencia y monoteísmo* (M. Lahoz, Trad.). Fragmenta Editorial.
- Basset, J. (1998). The effects of mortality salience and social dominance orientation on attitudes toward illegal immigrants. *Social Psychology*, 41(1), 52-55.
- Baudelaire, C. (1857). *Las flores del mal*. Austral (2015).
- Bauman, Z. (2005). *Vidas desperdiciadas. La modernidad y sus parias*. Paidós.
- Bleichmar, H. (2016). *Kafka: Intento fallido de liberarse del colonizador interno*.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1983). *Lealtades invisibles. Reciprocidad en terapia familiar intergeneracional*. Amorrortu Buenos Aires.
- Bourdieu, P. (1988). *La domination masculine. Paris: Éditions du Seuil. (Trad. Cast.: La dominación masculina*. Anagrama, 2000).
- Brunner, C. (2022). *El ánima en el destino del hombre*. México D.F: Fata Morgana.
- Brutsche, P. (2020). *Creatividad. Patrones de imaginación creativa vistos a través del arte*. México: Fata Morgana.
- Caro Baroja, J. (1970). *Inquisición, brujería y criptojudasmo*. Barcelona: Círculo de Lectores-Galaxia Gutenberg (1996).
- Conger, J. P. (1988). *Jung and Reich—The Body as Shadow*. Berkeley California: North Atlantic Bks.
- Conrad, J. (2013). *El corazón de las tinieblas (2ª)*. Juventud.

- De Castro, C. (2019). *Reencontrando a Gaia: A hombros de James Lovelock y Lynn Margulis*. Ediciones del Genal.
- Derrida, Jacques. (2000). *Dar la muerte*. Barcelona: Paidós.
- Escohotado, A. (1999). *Caos y orden*. Espasa-Calpe.
- Fanon, F. (2003). *Los condenados de la tierra* (J. Campos, Trad.). FCE.
- Feyerabend, P. (1981). *Tratado contra el método: Esquema de una teoría anarquista del conocimiento*. Tecnos (2007).
- Foucault, M. (1976). *Genealogía del Racismo*. Madrid: Altamira.
- Freud, S. (1915b). Recordar, repetir, reelaborar. En J. L. Etcheverry (Trad.), *Freud, S. Obras Completas* (Vol. 12). Buenos Aires: Amorroutu (1976).
- Freud, S. (1970). *El malestar en la cultura*. Ediciones Akal.
- Fromm, E. (1985). *Anatomía de la destructividad humana*. México: Siglo XXI.
- Fromm, E. (1997). *El miedo a la libertad*. Paidós.
- Galtung, J. (2003). *Paz por medios pacíficos: Paz y conflicto, desarrollo y civilización*. Gernika Gogoratz.
- García García, M. (2020). *Experiencias tempranas de violencia. Desarrollo moral y actitudes hacia la paz* [Doctor Internacional en "Paz, Conflictos y Desarrollo". Sobresaliente cum laude. 16/1/2020. p.441., Universitat Jaume I.]. <http://hdl.handle.net/10803/668537>
- García, M. (2001). *Sexualidad y transpersonalidad*. Pamplona: Autoedición. ISBN 84-931792-0-5.
- García García, Mikel. «La muerte del terapeuta junguiano». *Palestra Junguiana. Revista SIDPaJ, La persona del terapeuta*, 1, n.º 2 (2023): 12-36. <https://sidpaj.es/wp-content/uploads/2023/10/Palestra-Junguiana-II-octubre-23.pdf>
- Gebser, J. (1953). *Origen y presente*. (J. Rafael Hernández, Trad.). (Atalanta, 2011).
- Giegerich, W. (2021). *Violencia del alma: Colección de ensayos, volumen I*. Amazon.
- Gimbutas, M. (2014). *Diosas y Dioses de la Vieja Europa (7000-3500 a. C.)*. Siruela.
- González Duro, E. (1991). *La paranoia*. Temas De Hoy.
- González, Mario. (1998). Psicoanálisis de la Corrupción. *Revista de la Sociedad Colombiana de Psicoanálisis*, 23, nº 2, p.75.
- Grinberg, L. (1983). *Culpa y depresión: Estudio psicoanalítico*. Alianza Editorial.
- Guggenbühl-Craig, A. (2009a). *El alma vacía y el erotismo insustancial*. México: Fata Morgana.
- Habermas, J. (1981). *La reconstrucción del materialismo histórico*. Taurus.
- Habermas, J. (2002). *El futuro de la naturaleza humana: ¿hacia una eugenesia liberal?* Paidós Ibérica.
- Han, B.-C. (2014). *La agonía del Eros*. Herder Editorial.
- Hannah, B. (2010). *El viaje interior. Ensayos sobre psicología junguiana*. México.
- Hillman, J. (2010). *Un terrible amor por la guerra*. Sexto Piso España, S.L.
- Hopkins, J. (1986). Solving the mystery of monsters: Steps towards the recovery from trauma. *Journal of Child Psychotherapy*, 12(1), 61-71.
- Horkheimer, M., & Adorno, T. (1947). *Dialéctica de la Ilustración*. Trotta (2016).
- Imaz, J. A. G., & Alum, J. S. (2010). La terapia familiar en la resignificación transgeneracional del incesto. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(1), 134-152.
- Jung, C. G. (1912). *Símbolos de transformación*. Barcelona: Paidós (1963).
- Jung, C. G. (1921). *Tipos psicológicos* (Obra completa, Vol. 6). Madrid: Trotta (2013).
- Jung, C. G. (1934). *El Zarathustra de Nietzsche* (A. Fernández Díez, Trad.; James L. Jarret, Vol. 2). Madrid: Trotta (2021).
- Jung, C. G. (1951). *Aion. Contribuciones al simbolismo del sí-mismo* (C. Martín, Trad.; Obra Completa, Vol. 9/2). Madrid: Trotta (2011).
- Jung, C. G. (2005). *Psicología y Alquimia*. (Obra completa, Vol. 12). Madrid: Trotta.
- Kant, I. (1794). *La religión dentro de los límites de la mera razón* (F. Martínez Marzoa, Trad.). Madrid: Alianza (1986).

## **La dimensión política de la psicoterapia**

- Kant, I. (1795). *Sobre la paz perpetua*. Madrid: Akal (2012).
- Kimbles, S. (2000). The cultural complex and the myth of invisibility. *The vision thing: Myth, politics and psyche in the world*, 157-169.
- Klein, M. (1937). *Amor, odio y reparación* (Obras completas vol. I). Barcelona: RBA (2006).
- Kohlberg, L y Power, F. (2012). Desarrollo moral, pensamiento religioso y la cuestión de una Séptima Etapa. *Revista Postconvencionales*, No. 5-6, 163-210.
- Lerner, M. J. (1980). *The Belief in a Just Wold: A fundamental Delusión*. Springer.
- López Pedraza, R. (2000). *Ansiedad Cultural*. Festina Lente.
- Lukács, G. (1958). *La crisis de la filosofía burguesa*. México: Siglo XX.
- Milgram, S., de Goitia, J., & Gondra, J. M. (1980a). *Obediencia a la autoridad: Un punto de vista experimental*. Desclée de Brouwer.
- Mill, J. S. (1989). *El utilitarismo*. Alianza (Trabajo original en 1863).
- Morin, E., & Pakman, M. (1994). *El pensamiento complejo*. Gedisa.
- Neumann, E. (2007). *Psicología profunda y nueva ética*. Alianza Editorial.
- Nicoló-Corigliano, A. M. (1995). Lo transgeneracional entre el mito y el secreto. *Terapia familiar: aportaciones psicoanalíticas y transgeneracionales*, 208, 117.
- Panksepp, J. (1998). *Affective Neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. Oxford University Press.
- Pinker, S. (2012). *Los ángeles que llevamos dentro: El declive de la violencia y sus implicaciones*. Paidós.
- Porete, M. (1294). *El espejo de las almas simples* (B. Garí, Ed.). Madrid: Siruela (2005).
- Rawls, John. (1995). *Teoría de la justicia*. Fondo de Cultura Económica.
- Reich, Wilhelm. (1933). *Psicología de masas del fascismo (1973)*. Roca.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L., Gallese, V., & Fogassi, L. (1996). Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Cognitive Brain Research*, 3(2), Article 2. [https://doi.org/10.1016/0926-6410\(95\)00038-0](https://doi.org/10.1016/0926-6410(95)00038-0)
- Rozin, P. (1997). *Morality and Health: Interdisciplinary Perspectives* (Allan M. Brandt, Paul Rozin, Ed.). Routledge.
- Shatan, C.H. (2001, Madrid). *Entrevista con el Dr. Shatan* [Sociedad Española de Psicotraumatología y Estrés Traumático. Boletín nº "0" p.p 3-28].
- Shweder, R. A., Mahapatra, M., Nancy, C. Much., & Park, L. (1997). The "Big Three" of Morality (Autonomy, Community, Divinity) and the "Big Three" explanations of suffering. En *Morality and Health* (Allan M Brandt y Paul Rozin eds). Routledge.
- Singer, P. (1984). *Ética práctica*. Ariel.
- Spinoza, B. (2013). *Tratado político* (A. Dominguez, Trad.). Madrid: Alianza.
- Stein, R. (1993). El falo y la psicología masculina. En *Los espejos del yo*. Kairós.
- Sternhell, Z., Sznajder, y M., Asbert, M. (1994). *El nacimiento de la ideología fascista*. México: Siglo XXI.
- Tarnas, R. (2007). *Cosmos and Psyche. Intimations of a New World View*. New York: Ediciones Penguin Group.
- Tart, C. T. (1983). *States of consciousness*. Psychological Processes.
- Turiel, Elliot. (1984). *El Desarrollo del conocimiento social. Moralidad y convención*. Debate.
- Vélez Saldarriaga, M. C. (2007). *El errar del padre*. Editorial Universidad de Antioquia.
- Vergote, A. (1978). *Culpa y deseo*. Lima: FCE.
- von Franz, M.-L. (1991). *Alquimia*. Luciérnaga.
- Watzlawick, P. (1989). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder.
- Zambrano, M. (1989). *Delirio y destino*. Madrid: Mondadori.
- Zimbardo, P. (2008). *El efecto Lucifer. El porqué de la maldad humana*. Barcelona: Paidós.