

Diván telefónico

Es la vía que eligen muchos de los que emigraron con la crisis de 2001 para continuar con sus psicólogos argentinos. Les sale más barato, pero sobre todo es una cuestión de identidad e idiosincrasia.

01/05/2007

Barcelona, 13:50. Valeria sale de su edificio, camina dos cuadras a la derecha y luego una hacia la izquierda. Se detiene en un teléfono público. Mira el reloj. "Faltan cinco minutos", piensa. Por miedo a que lo ocupen agarra el tubo y simula hablar con alguien. Recién cuando su reloj dice que son las 13:59 marca un número. Del otro lado, a catorce mil kilómetros de distancia, alguien está esperando su llamado. La conversación dura alrededor de una hora. Esta misma situación se repite todos los sábados, en el mismo horario y en el mismo poste telefónico. La escena podría incluirse en un filme de Woody Allen. Sin, embargo, pertenece a la vida real. Valeria es una argentina que vive en Barcelona y todos los sábados a las dos de la tarde hace terapia telefónica con su psicólogo de Buenos Aires.

Esta es la segunda terapia telefónica que Valeria está encarando. En el 2004 llegó a Almería, una ciudad al sur de España, esperando encontrar un futuro mejor y posibilidades de progreso, como en ese momento no ofrecía su país. Pero no fue nada sencillo. "El choque cultural me estaba afectando un poco y al cambio de país y costumbres se sumaban algunos problemas personales que me generan mucha ansiedad y soledad extrema", comenta. Así que decidió llamar al psicólogo con el que se atendía en Buenos Aires y preguntarle si podían retomar las sesiones por teléfono. El profesional accedió y durante un año y medio las sesiones se mantuvieron. Pero un día Valeria decidió irse a Barcelona. "Una amiga argentina me recomendó a su psicólogo. Después de intercambiar varios e-mails decidimos que podíamos comenzar. Esta vez sí sentía miedo por la distancia porque no nos conocíamos, pero me animé a probar. Nuevamente, un teléfono y 14 mil kilómetros de distancia me separarían de mi terapeuta. Pero ya llevo cinco meses con él", relata Valeria, que no hace mucho cumplió los treinta.

Se sabe: la Argentina es el país con más psicólogos por habitante. Hasta el año pasado se calculaba que había 154 profesionales por cada 100 mil habitantes, cuando en el Primer Mundo la proporción es entre 25 y 45/100.000, según un estudio realizado por Modesto Alonso, docente de las facultades de Psicología y Medicina de la UBA y representante local de la Sociedad Interamericana de Psicología. En este contexto, no resulta extraño

que los miles de argentinos que están viviendo fuera de su patria mantengan la tradición. Pero esta nueva forma de hacer terapia, impensada años atrás para los psicólogos más ortodoxos, hoy es una opción válida y requerida también por otros motivos.

La licenciada en Psicología Sonia Cesio, que tiene su consultorio en Palermo y que atiende por teléfono y también vía correo electrónico a pacientes argentinos que están afuera de su país, sostiene que si bien no se animaría a dar una fecha de comienzo de este tipo de terapias, "es cierto que con la crisis económica de 2001 aumentó". ¿Por qué quienes emigraron prefieren esta modalidad en lugar de hacer terapia con profesionales que vivan en su mismo sitio y puedan tener sesiones presenciales? "Una de las razones es que afuera, en Europa, por ejemplo, es muy costoso hacer terapia: cada sesión no baja de los cincuenta, sesenta euros", comenta Cesio. Ella cobra, en su consultorio, cuarenta pesos argentinos y entre 20 y 25 euros para los argentinos que viven afuera. Pero no es todo: "La otra razón fundamental es que los pacientes argentinos no se sienten identificados con los terapeutas de otros países de habla latina", afirma Cesio. Muchos de sus pacientes, antes de comenzar terapia telefónica con ella, probaron hacer terapia en los lugares donde vivían, pero sentían que no se terminaban de comunicar, de entender del todo. "Es un emergente de este país y esta cultura socioeconómica que expulsa a la gente. Muchos argentinos se van a buscar un nuevo futuro, una nueva vida, pero las raíces las dejan acá. Hacer terapia con un psicólogo argentino es una manera de seguir ligado a su lugar de origen", explica Cesio, que atiende a dos argentinas que viven afuera (una en México y otra en Brasil).

Desde Barcelona, Valeria coincide con ambas opiniones: la cuestión monetaria –su psicólogo le cobra la sesión cincuenta pesos de los nuestros– y la afectiva. Y agrega: "Es verdad que mi terapeuta no está en el mismo lugar que yo, ni vive mi misma realidad, y tratamos temas muy puntuales como las relaciones interpersonales con los españoles, el mercado laboral, la mentalidad europea, etc., pero para mí es más importante la conexión a nivel cultural, son muchas las similitudes de pensamiento, costumbres, la manera de mirar la vida", comenta. Para Cesio, el otro tema recurrente en sus pacientes es la pareja: "Gente que no puede separarse, por la sensación de vacío y de pérdida. Se fueron juntos para armar un proyecto de vida y resulta que cuando están allá, la relación no funciona. Para esas parejas, tomar la decisión de separarse es doblemente difícil", comenta.

Sin embargo, ambas terapeutas coinciden en que no es lo mismo hacer terapia presencial que por teléfono. "La ausencia del lenguaje gestual y corporal es una desventaja trascendente pero no un impedimento. La ventaja es básicamente la posibilidad de analizarse, que no me parece poco", sostiene Fiksler. Por otro lado, la

modalidad tiene contraindicaciones, y ambas profesionales las reconocen. "La terapia telefónica no es para cualquiera: las personas que necesitan medicación o tienen impulsos violentos o al suicidio no se atienden: ellas necesitan sí o sí de una terapia presencial", explica Cesio. Mariana Fiksler, una psicóloga argentina que vive en Altea, un pueblo de la provincia de Alicante, España, también mantiene sesiones por teléfono con argentinos que viven en España, pero que están lo suficientemente lejos como para que sea posible tener sesiones presenciales. Actualmente, atiende unos siete pacientes en esta modalidad, que refuerza con algunas sesiones por Messenger. También trabaja vía mail, en un consultorio y en instituciones. Ella coincide con Sonia en que hay casos para los que la terapia telefónica no es recomendable. ¿Cómo están resultando los tratamientos? "Es tanta la falta de espacios para hablar de sí mismos, es tanta la necesidad de escucha y de esa devolución que les permite repensarse desde otra mirada, que los resultados están siendo muy buenos", dice Fiksler. Valeria, ¿y vos qué pensás? "Sinceramente, después de dos años de terapia a distancia no siento ni la más mínima necesidad de buscarme un terapeuta acá, no me interesa, estoy contenta con mi terapia, siento que día a día voy avanzando", se le escucha decir desde su celular.