

Por una psicoterapia emancipadora, más allá del binarismo de género, con conciencia de clase y enraizada en la historia

Autora: Concepció Garriga i Setó (pertenece a 'Forum', IARPP y EMDR)

La voz de la poeta me inspira: (Ma Mercè Marçal, 1977) "A l'atzar agraeixo tres dons: haver nascut dona, de classe baixa i nació oprimida. I el tòrbol atzur de ser tres voltes rebel".

(Agradezco tres dones al azar: haber nacido mujer, de clase baja y de nación oprimida. I el turbio azur de ser tres veces rebelde).

Introducción

Tomo prestado parte del título (Brandchaft, Doctors & Sorter, 2010). Los magníficos libros de Kuchuck (2014), de Salberg y Grand (2017), de Grand y Salberg (2017), de Benjamin (2018) de Layton (2020) y de Togashi (2020) del ámbito del psicoanálisis relacional; más las lecturas de las filosofas (Birulés (2014) y Callard (2018); junto con los de historia de la cultura Bregman (2020) y Henrich (2020); más el "best-seller" de Hari (2018); además de mi propio escrito (Garriga, 2020), han dado fundamento al texto del presente artículo.

A lo largo del 2021 la junta directiva de IARPP – España ha estado organizando unos webinars en los que he tenido el honor de participar. El presente trabajo es una reelaboración de mi presentación –muy personal- que he convertido en el presente capítulo.

Preámbulo: a) durante el confinamiento de la pandemia del coronavirus SARS-CoV-2 –marzo-julio 2020- removí los archivos familiares y mis vivencias y escribí un opúsculo para mis sobrinos que traduzco como: "Saga Garriga: una mirada con sesgos"ⁱ que me ha sido muy útil para profundizar en mi autoanálisis y vincular mi evolución personal a la continuidad generacional de mi familia en sus esfuerzos por seguir adelante, mientras trataban de proporcionar mejores bases emocionales, culturales y materiales a la generación siguiente. Para ello, el giro transgeneracional de Salberg (2017), en el sentido de que un buen análisis abarca como mínimo tres generaciones, me ha resultado muy motivador. Porque "haber nacido es estar conectado a la historia. Es tener una historia antes de tener *la propia historia*" (Apprey, 2017).

- b)** Años atrás (Garriga, 2015) ya había hecho un ejercicio parecido, entonces enfocado en la construcción de mi subjetividad como mujer emancipada y como terapeuta relacional, en el que ya subrayaba el elemento emancipador como motor del desarrollo, gracias a la generosidad de Joseph Lichtenberg (que en paz descanse) y al libro de Kuchuck (2014), que inspiró el artículo.
- c)** Con este trabajo, pretendo reafirmar la validez de la importancia del giro transgeneracional para el psicoanálisis, lo que contribuye a enraizarlo en los aspectos socio-culturales de la historia, a la manera de Davoine (2011), que afirma que la psicología es una manera de poner la historia pequeña dentro de la gran historia, es decir, de ver las vidas particulares, vinculadas a un entorno social determinado, impregnadas del momento histórico que les ha tocado vivir; pero también, y sobre todo, es una manera única de insertarse en aquel momento a través de las relaciones y la cultura.
- d)** Deseo también introducir la visión dialéctica entre la agencia (Butler, 2004; Callard, 2018; Henrich, 2020) y la contingencia (Birulés, 2014, Togashi, 2020) en toda construcción subjetiva. Entendiendo por agencia la capacidad de acción y determinación de la persona que desea o aspira; y por contingencia lo que es, pero podría ser de otra manera. La elaboración de este trabajo me ha ayudado a poner en relieve la importancia del azar y la incertidumbre en las trayectorias personales, sin menospreciar el valor de la agencia que da importancia a "estar en el lugar adecuado en el momento oportuno"; no hay manera de saber cuándo ni cómo sucederá algo, sólo que es más probable que suceda si la persona se está moviendo en alguna dirección que si se queda inmovilizada.

Una recomendación azarosa por la radio, por parte de un filósofo de mi confianza, de un libro de título irresistible para mí: "Aspiration. The agency of becoming" -de difícil traducción: "Aspiración: la voluntad de hacerse"-, fue el desencadenante de la cadena de pensamientos que me sugirió, en primer lugar el tema para el webinar, que titulé "La construcción de la identidad de género, de clase y de nación oprimida" porque asumí que una de nuestras tareas como psicoterapeutas es justamente ayudar a las personas que aspiran a llegar a ser de determinada manera, a lograrlo, dentro de los límites de sus posibilidades (del tipo de apego que han tenido, de los episodios traumáticos que han padecido,

de su Conocimiento Relacional Implícito (CRI), de sus contingencias, de sus azares...). Más adelante, deseé reelaborar mis reflexiones en el presente artículo. Un proyecto impregnado de amor según la definición de amor de Arendt (Cooper, 2021), que lo define como el deseo de "ser". De aquí la importancia de la construcción de sí como un acto de autoestima y finalmente como experiencia emancipadora.

En mi presentación afirmaba que esta función de la psicoterapia me ha sido muy útil en mi trayectoria personal en cuanto al género. En concreto, sostenía que la agencia es una cualidad central en la construcción de una subjetividad más satisfactoria que la "dada", puesto que el sujeto humano es producido por un orden social "dado", y por tanto, la feminidad/el género es una condición "dada" (Butler, 2004; Birulés, 2014) que puede ser vivida con malestar.

El género

Mi punto de partida inicial fue la herida que me producía la organización patriarcal familiar y social –sexista- en la que nací [en palabras de Friedan (1963), "el problema que no tiene nombre"]. El sexismo, es decir, el predominio de las necesidades de los hombres sobre las de las mujeres en prácticamente todas las esferas de la vida, tiene unos efectos psíquicos inconscientes muy profundos en las subjetividades de las mujeres. El sexismo traduce las diferencias sexuales en desigualdad jerárquica (Bourdieu, 1998). Dio Bleichmar (1991, 1997) demostró que educar a las mujeres para ser ciudadanas de segunda tenía una correspondencia, a nivel psíquico, punto por punto con la depresión. Velasco (2006) formuló que la adopción del papel de género femenino tradicional deja a las mujeres en una posición de vulnerabilidad: por dependencia afectiva y material; por reclusión en el espacio doméstico; por sobrecarga del papel de cuidadora. Personalmente, veía esta forma de desigualdad en casa, la veía en la organización social, y me sublevaba emocionalmente, porque además cuanto más desigual es una sociedad, más prevalencia hay de enfermedad mental (del Rio, 2013). La desigualdad incrementa la depresión y la ansiedad, hasta el punto que algunas personas se sienten tan humilladas y vencidas que no creen que

puedan salir de esta situación. Y a la inversa, cuanta más capacidad tenemos de desmontar jerarquías y de crear espacios igualitarios donde todo el mundo se sienta respetado, menos malestar psíquico (Wilkinson & Picket, 2009).

Por esto mis primeras aproximaciones a la psicoterapia lo fueron también al feminismo, o a la inversa. Asistía a grupos de autoayuda (Collet, Ferrer i Pla, 1989) creados con la finalidad de hacer conscientes los efectos inconscientes del sexismo en mí. Se trataba de buscar maneras de resistir el sistema de formas no violentas; pero también de tener teorías que desenmascararan las patologías escondidas bajo el poder y la dominación (Benjamin, 1988, 1995, 2018; Bourdieu, 1998; Butler, 2004; Dio Bleichmar, 1985, 1991, 1997; Layton, 2020; Orbach, 1983; Velasco, 2006, 2009).

Birulés (2014) dice: la "agencia" es el ejercicio de libertad política de las mujeres de **dar sentido a su vida**; y el **feminismo es una práctica de modificación de sí y del mundo** más que un ideal. Con este artículo pretendo mostrar el lugar desde el que he mirado el mundo y desde donde emito mi percepción, porque, aún con Birulés, libertad es tener expectativas y, al mismo tiempo, ser objeto de expectativas, es decir, estar en relación con los y las demás, sin olvidar que siempre **somos más nuestras contingencias y casualidades que nuestras elecciones** [Birulés (2014) y Togashi (2020)]. Dicho de otra manera, se trata de intentar construir una subjetividad más satisfactoria que la dada, pero hay que tener en cuenta que luego actúa el azar y se genera la contingencia (lo que podría ser de otra manera).

Mis orígenes

Nací en el 1955, en pleno franquismo, en una familia devastada por la guerra de tres años, la represión y los traumas asociados (hambre, miedo, fusilamientos y desapariciones de parientes muy cercanos), obligados a hablar castellano cuando nuestra lengua es el catalán, en un entorno gris y de lucha por salir adelante, en una ciudad del cinturón industrial de Barcelona. Mis abuelos paternos eran obreros de fábrica, jornaleros tejedores. Tuvieron la **suerte** de

tener una casa propia en la que se sucedían las generaciones. Aquí nací, en una familia extensa de siete personas. La mayor de tres hermanos. Mi abuela era totalmente sorda. Esta casa también era la sede de la empresa de mi padre. Vivir allí era muy estresante. Convivir con una persona totalmente sorda es complicado. Tener la oficina de la empresa en el comedor era tenso: continuamente llamaban por teléfono y a la puerta. A los 18 me fui de casa, a un piso de estudiantes compartido.

Mi abuelo paterno era Esperantista como manera de ampliar sus horizontes. Su hermano mayor ya había emigrado a Argentina. Se casó con una tejedora. Él plantó en mi padre la semilla de la emprendeduría, y le animó a estudiar un peritaje. Mi padre acabó fundando su propia empresa, que llegó a tener 11 trabajadores, domiciliada en el hogar familiar y con toda la familia involucrada en algún grado. Mi hermano se quedó a trabajar con él.

Mis abuelos maternos, artesanos, también emplean a los hijos varones en el pequeño comercio que regentan, también en el mismo domicilio donde viven, que van ampliando sucesivamente para cobijar a la siguiente generación.

Con siete años yo ya me daba cuenta de que el mundo era de los hombres, y que a las mujeres nos estaban destinadas las cuatro paredes del hogar y ser el descanso del guerrero, en el sentido que veía a mi madre y a mis abuelas en las tareas de cuidado, además de secretarias de sus maridos estresados, y teniendo que aguantar sus malos humores. Mis dos abuelas hacían doble jornada porque también trabajaban de jornaleras. Mi resumen de género y de clase media-baja de la vida de familia en la Catalunya de los 60-70 del siglo XX es el siguiente: vivir en **familia extensa** [que incluía: abuelos, familiares solteros en su vejez que se quedaban solos, pareja, los hijos que "venían" con el método anticonceptivo de Ogino (en las dos sagas de mi familia tres es el número habitual)]; estricta **división del trabajo por géneros**:

Ella: doble jornada, después de horas de tejer o de secretaría, ocuparse con ayuda de la suegra, de las tareas del hogar y del cuidado de toda la familia - siete personas en total- con tres menores, además de la costura (vida interna).

Él: trabajar duro, con ayuda de su padre, más las salidas al monte con los amigos, más los viajes al extranjero a ferias industriales (vida externa).

Mi percepción de lo que suponía pertenecer a la clase media-baja en relación al género: Él: estudios grado medio, trabajar, pluriempleo ocasional, tener aspiraciones, proyectar, emprender, implicar a la familia en sus planes. Derecho a salir con amigos, al monte, viajar, **hacer uso de matrimonio** (en su lenguaje significativo). Ella: estudios primarios, trabajo remunerado de soltera, de casada ayudar y apoyar el proyecto del marido que es percibido como proyecto familiar (posición que leo como: subordinada, depresiva). En casa, atendiendo a los abuelos, parientes necesitados, y menores. Cuando salían en familia: junto con las mujeres de los amigos, al cuidado de las y los menores, mientras ellos esquibaban –por ejemplo- con las y los mayores, **cumplir con el deber conyugal** (en su lenguaje significativo).

En este contexto los abusos sexuales estaban “normalizados” y silenciados o negados. Había más sobre las chicas, en la calle y en cualquier lado, que sobre los chicos, abusados sobre todo por curas y maestros, en las escuelas.

El proyecto de género femenino “oficial” (en el sentido que lo preconizaba la sección Femenina de la Falange y que educaban en las escuelas) era: ser guapa, callada, obediente (atractiva) y tratar de casarse con un hombre de una clase superior, el “**príncipe azul**” de los cuentos, como proyecto “ambicioso” envenenado. Envenenado porque ya hemos visto que en estas condiciones de desigualdad hay mayor incidencia de malestar psicológico. El **mandato** era: casarse, tener y criar criaturas; no tener deseos propios, ni subjetividad diferenciada [Ser plástica: someterse a lo que los hombres señalan que desee (López Mondejar, 2021)]. La educación basada en estos principios, más el CRI de los roles de género vividos en cada familia, **colonizaban** (Bleichmar & Espeleta, 2017) la mente de las mujeres.

Entonces aun no se había teorizado suficientemente que una posición subjetiva pasiva y ser objeto de los otros es enfermante. Que produce **síntomas psíquicos**:

angustia, depresión ... (Dio Bleichmar, 1991, 1997, 2011; Goldner, 2003; Layton, 2020; Orbach, 1983, Velasco, 2006) y **psicosomáticos**: dolor, fibromialgia ... (Velasco, 2009; Molet, 2019), ni hubo un control efectivo de la natalidad hasta los años 70 del siglo pasado porque aun no había aparecido la **píldora anticonceptiva** (que estuvo disponible y su uso se fue extendiendo progresivamente a partir de los 60).

El giro subjetivo

Como dice Steward (2020) al principio de la historia humana las personas no se concebían como sujetos de la misma manera que lo hacemos actualmente, sino como perteneciendo a un grupo más grande: la familia, la tribu, el estado. Las culturas antiguas estaban dominadas por las costumbres, y las prácticas tradicionales dictaban cada aspecto del comportamiento. Dichas costumbres estaban entrelazadas con el derecho, la educación, la religión y otros aspectos de la cultura. Las oportunidades estaban definidas y limitadas por la clase social y la casta. De la misma manera que los papeles de género estaban firmemente fijados. Se esperaba que los y las jóvenes siguieran los deseos de sus progenitores. Los hombres jóvenes tenían que continuar las profesiones de sus padres, mientras que las mujeres jóvenes tenían que aceptar el marido que había escogido su clan familiar. No se reconocía la vida interna ni la intencionalidad de las personas, solo los hechos. Edipo nunca planeó ni tuvo la intención de matar a su padre y casarse con su madre, pero es considerado culpable sólo por sus actos. Haber intentado hacer todo lo que estaba en sus manos para evitarlos no mitigó su grado de culpa.

Hasta que Sócrates, y la Cristiandad señalaron la cara interna y espiritual de los seres humanos. Sócrates se dio cuenta de que la gente aceptaba como verdad lo que eran costumbres y tradición, y empezó a conminar a las personas a ser críticas y a aceptar solo lo que fuera acorde con la propia razón; era la persona la que debía dar su consentimiento a lo que creía que era cierto. Esta idea le costó la vida, porque Grecia aún no estaba preparada para aceptarla.

Jesús puso el foco de la moral en la esfera interna, decía que se podía pecar de pensamiento. En un paso más, el protestantismo promovió que la fe fuera sentida con la lectura personal de las sagradas escrituras. Todo ello puso las bases del mundo moderno en que las personas nos sentimos con derecho a tomar nuestras propias decisiones respecto a nuestras vidas, a valorar lo que nos parece correcto o incorrecto, y a criticar y a rechazar lo que contradice nuestra consciencia. La idea de libertad subjetiva es la historia de la liberación del dominio de la tradición y la costumbre (Welzel, 2014), de aquí surgieron los derechos humanos, la libertad religiosa, la libertad de expresión (Gentile, 2016) y de consciencia, y la igualdad de género.

De las relaciones de parentesco a las relaciones impersonales

A los 10 años tomé la primera decisión importante y determinante: como manera de salir de la escuela de niñas franquista a la que me llevaban, pediría que quería hacer bachillerato; ¡¡¡BINGO!!! (con esta palabra quiero significar como el elemento “azar” entra en toda trayectoria). Mis padres se podrían haber negado, como habían hecho en anteriores ocasiones (la contingencia).

Deseaba disfrutar de una vida más expansiva y pasar el máximo tiempo fuera de casa. Necesitaba deporte y socialización: nadar, jugar en la calle, rodar en bicicleta. Como reacción al proyecto oficial de género femenino, **aspiraba a ser yo misma, a ser sujeto**, lo que, según Cooper (2021) equivale a tener amor para una misma; autoestima. Deseaba poder **formarme** (relaciones, lectura, idiomas, estudios superiores, profesión); poder **disfrutar** del propio cuerpo (deporte, sexualidad, viajes); poder **decidir en libertad**: tener poder (dinero propio), tener vehículo, cómo vivir (en que arreglo), qué hacer, si ser madre. Tenía consciencia de la **dificultad** del proyecto y **determinación** de sacarlo adelante (**agency**) con esfuerzo.

Henrich (2020) dice que, en situaciones estables y de cierta abundancia, las niñas y los niños observan y aprenden de aquellas personas a las que les va mejor, se fijan en sus estrategias de más éxito, sus motivaciones, sus visiones del mundo,

sus inclinaciones psicológicas, sus enfoques y sus capacidades. Seguramente yo había tenido ocasión de observar estilos de vida más acordes con mis necesidades y deseos que los que mi familia me proporcionaba e intentaba encontrar maneras de imitarlos. Es decir, tenía aspiraciones.

“Aspiración” (Callard, 2018) es el proceso **racional** por el que trabajamos para transformarnos en alguien nuevo, que **valoramos**. No es algo que “meramente” le sucede a una. Aspiramos haciendo cosas, y las cosas que hacemos nos cambian, de manera que cada vez las podemos hacer mejor. La aspiración es un **proceso de aprendizaje** el final del cuál cuelga del principio. Se trata de **alcanzar** una finalidad imaginada/visualizada como **valiosa** que es una autocreación (ser una profesional, una mujer emancipada...).

Históricamente (Henrich, 2020), la **lectura/cultura** es la punta de un gran **iceberg psicológico y neurológico** que modifica las creencias, la tecnología, las normas sociales, la motivación, las habilidades mentales y la manera de tomar decisiones. Que la gente empezara a leer –mujeres incluidas– tuvo lugar gracias a dos movimientos históricos clave: uno, el protestantismo (que quería que la gente leyera las sagradas escrituras para relacionarse directamente con Dios); y dos, la sustitución de las relaciones de parentesco por relaciones impersonales (en un proceso histórico muy largo y complejo que incluyó la obligatoriedad de casarse con alguien ajeno a la propia familia, más la necesidad de los gremios de formar especialistas, se tradujo en una transformación de las relaciones en más impersonales). La importancia de la lectura en este proceso radica en que contribuyó a la formación de estos especialistas.

La expresión relaciones impersonales (Henrich, 2020) se refiere a las relaciones que se establecen más allá del parentesco. Aunque no es una expresión muy afortunada porque finalmente sea cuál sea el origen son relaciones entre personas, la mantengo por respeto al autor. Desde un punto de vista evolutivo pasar de la organización social de las relaciones de parentesco a la de las relaciones impersonales, a nivel histórico ha costado siglos (Henrich, 2020).

Sostengo que en mi familia tenemos una organización que se encuentra en transición entre el parentesco y el mundo impersonal.

En mi familia las generaciones anteriores ayudan y apoyan a las más jóvenes y proporcionan vivienda y/o trabajo a las siguientes. Respecto al trabajo, en las dos sagas, los y las que tienen formación trabajan fuera, en el mundo impersonal: por méritos, por capacidad, por oposiciones... Los y las que no se forman encuentran cobijo en los negocios familiares. Pero también, en reciprocidad, las generaciones jóvenes cuidan a las mayores en su vejez.

Mi abuelo paterno empezó la transición al mundo impersonal con el Esperanto, le siguió mi padre comprando una máquina **alemana** en una feria industrial (nada más impersonal!) que revolucionó la industria en la zona. Luego aparecí yo, que alimentada de lectura intensiva, deseé modificar los papeles de género establecidos para darme voz y poder escuchar las voces de las mujeres (Gentile, 2016). En este viaje busqué ayuda psicoterapéutica, que, en este marco, encaja con la idea de relación impersonal. A lo largo de los años he tenido terapeutas que provenían de distintas escuelas y diversas nacionalidades: Argentina, Francia, Inglaterra, Estados Unidos... Haber estudiado francés e inglés me abrió el espectro de posibilidades.

Psicología WEIRD

En el camino de ensanchar las libertades individuales, de construirse como sujetos emancipados, hay personas que se van construyendo en lo que Henrich (2020) denomina una psicología WEIRD: Se identifican a si mismas por su profesión o por sus logros más que por su red familiar. Buscan cultivar sus atributos propios y únicos y sus objetivos personales. Tal vez han sido criadas en una sociedad occidental, educada, industrializada, rica y democrática (de aquí las siglas WEIRD: *western, educated, industrialized, rich & democratic*). Las personas así son individualistas, no conformistas, analíticas y orientadas al autocontrol. Están centradas en si mismas: en sus capacidades, sus logros y sus aspiraciones, por encima de sus relaciones y sus roles sociales (atributos que se corresponden

más con la normatividad de género masculino y entran en conflicto con las presiones manifiestas a las mujeres para que se conformen con el rol de género femenino normativo que es todo lo contrario: centradas en el cuidado de los y las demás, en apoyar las aspiraciones de maridos e hijos, ...).

Para ello, sin negar la realidad sociopolítica, y aceptando las características de las personas que atendemos, nuestra tarea como terapeutas es **apoyar la búsqueda de vías personales** que fomenten el propio camino [empoderamiento o construcción de una personalidad WEIRD (Henrich, 2020)]:

- 1) más centramiento de la persona en sus objetivos,
- 2) pensamiento analítico,
- 3) sentido de responsabilidad,
- 4) menos conformidad,
- 5) más capacidad de diferir la gratificación, más paciencia y persistencia (*agency*, voluntad),
- 6) más búsqueda de contextos y personas afines (prosociabilidad impersonal),
- 7) más búsqueda de reglas y principios imparciales (méritos, oposiciones),
- 8) más búsqueda de eficacia (ahorro de tiempo),
- 9) más pensamiento de suma positiva (que se pueden satisfacer las necesidades y deseos de todo el mundo),
- 10) más especialización profesional,
- 11) más aceptación de las predisposiciones/limitaciones internas

Crítica a la psicología WEIRD.

Como muy bien indica Layton (2020), hay un peligro en esta nueva subjetividad, que es que se identifique demasiado con los valores de la sociedad neoliberal salvaje que nos está quedando. Hay el peligro de sostener un discurso psicológico cómplice con el neoliberalismo, de personas exitosas o perdedoras, si nos negamos a entender que hay sufrimiento que tiene que ver con condiciones sociales y con crianzas atravesadas por traumas propios o transmitidos transgeneracionalmente.

El reconocimiento y la aceptación de la vulnerabilidad (Riera, 2019), la dependencia y la interdependencia del enfoque relacional nos recuerda que: a) ser humanos significa que estamos conectados las unas con los otros; b) la importancia de un buen apego temprano; y c) que emergemos en un contexto. Es justamente el giro relacional (Layton, 2020) el que contrarresta este discurso neoliberal, la psicoterapia relacional es una de las pocas *posibilidades* institucionales de dar respuesta a algunas de las tendencias destructivas de la subjetividad neoliberal: la actividad maníaca, la evitación del duelo, la instrumentalización de las relaciones, una vida de soledad y aridez, etc. Lo que pone en peligro la posibilidad de autodeterminación/aspiración/personalidad WEIRD a enormes cantidades de personas son las fuerzas/las estructuras/las relaciones/las religiones que perpetúan la dominación de género, de clase, de raza, de nación (Benjamin, 2018; Layton, 2020); las contingencias del **irracional** mundo que tenemos y lo **azaroso** de los acontecimientos (Togashi, 2020)

Callard (2018) reconoce que para conseguir sus aspiraciones hay personas que recurren al acompañamiento de tutores o terapeutas. Yo misma lo hice. La “aspiración” de ser una buena profesional, de encontrar mi papel de género y de poder ayudar a otras personas a hacer estos procesos, me guió por el largo viaje de transformarme en psicoterapeuta relacional (Garriga, 2015). En tanto que tal, yo misma acompaño a mis pacientes en este camino, lleno de obstáculos, de la construcción de la propia subjetividad.

Mi visión

Escribo estas líneas desde la experiencia de casi cuarenta años de dedicarme profesionalmente a la psicoterapia; de unos veinte y cinco de estos analizándome personalmente y supervisando mi práctica; y de la formación permanente a través de un recorrido de escuelas que han ido dando forma a mi pensamiento y al arte y oficio de la psicoterapia. En este apartado pretendo mostrar mi enfoque. Como entiendo el trabajo.

Como he escrito (Garriga, 2015): devenir psicoterapeuta tiene mucho que ver con el enfrentamiento de las dificultades y vicisitudes de la propia vida; la evolución del propio cuerpo de pensamiento depende de muchos factores, algunos de conectados a los acontecimientos de la vida, otros con las relaciones personales dentro de la profesión, y muchos con las teorías a las que una se adhiere y suelta a lo largo del proceso de leer, formarse, analizarse, supervisar y tratar a personas.

La tarea de la psicoterapia es compleja y múltiple. De hecho, como dice el primer principio psicoanalítico, cada persona es única. Por lo tanto cada persona que acude a una consulta psicoterapéutica lo hace por algún motivo particular: el más común es el malestar o sufrimiento (en algún grado): consigo misma y/o con el mundo. La World Health Organization (2018) dice que “la salud mental es más que la ausencia de trastornos o discapacidades mentales. Es un estado de bienestar en que la persona realiza sus propias capacidades, puede hacer frente a los estreses normales de la vida, puede trabajar productivamente y es capaz de hacer contribuciones a su comunidad. La salud mental es fundamental para nuestra capacidad individual y colectiva, como humanos, para pensar, expresar emociones, interactuar, ganarse la vida y disfrutar de la vida. En base a esto se puede considerar que la promoción, la protección y el restablecimiento de la salud mental son una preocupación vital de las personas, las comunidades y las sociedades del mundo. La psicoterapia promueve la salud mental a nivel mundial”.

El trabajo que terapeuta-paciente deberán afrontar conjuntamente es la búsqueda de la causa o el origen de este malestar/sufrimiento, entendiendo que el dolor psíquico no es el enemigo -aunque duele- sino el aliado que permite indagar sobre su origen y orientarse hacia encontrar soluciones. La psicoterapia también promueve la aceptación de la vulnerabilidad, de nuestra fragilidad, de la incertidumbre, y de que estamos expuestos al amor y al desamor; también nos capacita para empatizar con la vulnerabilidad de los demás, que es lo que nos hace más humanos (Riera, 2019).

Esto es fácil de decir, pero es una tarea ingente, porque la subjetividad es psicosocial, ya que la mente se construye intersubjetivamente entre las figuras parentales y la criatura y en diálogo con la cultura y el entorno, según las descripciones contemporáneas de la complejidad y según los valores predominantes en cada cultura y entorno particulares (Beebe & Lachmann, 2013; Hill, 2015; Layton, 2020; The Boston Change Process Study Group, 2010; Wallin, 2007). Lo que significa que en cada momento de su desarrollo la persona reproduce, resiste y/o transforma las estructuras que la han conformado inconscientemente (Butler, 2004; Layton, 2020). En cualquier punto de este desarrollo hay cosas que pueden ir mal. Según el modelo psicológico que una tenga presente, están las dificultades derivadas del tipo de apego (Wallin, 2007); las vinculadas con la autoestima; las que tienen que ver con la regulación psicobiológica; las de la autoconservación / heteroconservación; y las relacionadas con el placer sensual / sexual (Bleichmar, 1997).

Otro modelo (Hari, 2018) es el que propone que lo que puede ir mal es que la persona pierda las conexiones con sus necesidades significativas: con un trabajo que tenga sentido; con otras personas; con valores significativos; con los traumas de la infancia; con el estatus y el respeto; con el mundo natural; y con un futuro esperanzador y seguro. Poder reconectar con estos aspectos es retomar el desarrollo sano. Recuperar la conexión con nuestros sentimientos, cuando se ha tenido que desconectar (Riera, 2010, 2019). La reparación de las rupturas relacionales, que se produce mediante el reconocimiento mutuo (Benjamin, 2018). ¡Ahora sabemos que puede haber fallos en el desarrollo incluso antes del nacimiento de la persona! Los trabajos sobre la transmisión trans-generacional justamente hacen referencia a que una persona puede estar afectada por acontecimientos que han tenido lugar antes de su nacimiento porque éstos no sólo han afectado sus genes [como muestran los estudios de epigenética (Yehuda et al., 2017)], que así es, sino también la interrelación con la madre (Salberg, 2019).

El ideal freudiano y social de persona adulta era la individualidad autosuficiente (independencia) que negaba la dependencia. Orbach (1983) mostró que este era

un ideal masculino, que negaba la dependencia; que dependemos los unos de los otros, tal como las teorías del apego han acabado de afianzar (Beebe& Lachman, 2013; Benjamin, 1988; Garriga, 2017; Wallin, 2007) y el reconocimiento mutuo vehicula (Benjamin, 2018). Pero también, que el no reconocimiento, y ya no digamos el abandono, hiera, como ha documentado Sapolsky (2017) mostrando como las respuestas de sumisión de los primates de baja categoría equivale a la depresión humana, mientras que, por el contrario, el sostenimiento de la posición de los alfa supone niveles de estrés muy elevados.

La importancia del concepto de reconocimiento mutuo radica en que abraza desde el desarrollo infantil hasta el trauma social y colectivo del colonialismo, el racismo, el género y las clases (Benjamin, 2018; Layton, 2020). La empatía, la feliz expresión de Riera (2019) para aligerar conceptos demasiado abstractos como terceridad, es lo que nos rescata de la polaridad jerárquica y autoritaria del “solo uno puede vivir”, y apunta hacia la inclusión igualitaria, hacia el “todos merecemos vivir” (Benjamin, 2018), un espacio mental basado en la semejanza (lo que les pasa a los demás no es tan distinto de lo que me pasa a mí) que nos ayuda a entender y formular hacia donde apunta la utopía contemporánea. Hay que añadir que cuanto más democráticas son las relaciones que construimos más damos lugar a la posibilidad de tener mecanismos para ajustar y/o reparar las disrupciones que inevitablemente se producen (como la supervisión en el ámbito psicoterapéutico, o la justicia –cuando funciona como tal- en el ámbito social/político).

Modelos de subjetividad de género en la pareja

Tuve el atrevimiento de escribir este artículo (Garriga, 2016) después de haber estado en nuestro encuentro de Valencia porque me pareció que, de haber tenido una perspectiva de género, o de subjetividad femenina contemporánea, más articulada, Federici habría podido apoyar mejor a su paciente. Por ello puse el ejemplo de algunos de los múltiples modelos de pareja que se pueden construir en base a las subjetividades en evolución (Velasco, 2006).

A. Tradicional	B. Transición	C. Igualitario
----------------	---------------	----------------

<p>Finalidad</p> <ul style="list-style-type: none"> . Núcleo social básico: familia jerarquizada. . Motivo de unión: constituir la familia. 	<p>Finalidad</p> <ul style="list-style-type: none"> . Núcleo social básico: la pareja. . Motivo de unión: amor y familia no jerarquizada . Compartir proyectos de vida 	<p>Finalidad</p> <ul style="list-style-type: none"> . Núcleo social básico: el individuo. . Motivo de unión: amor y sexualidad en pareja. . Compartir y facilitar los proyectos individuales mediante alianza de recursos.
<p><u>Estructura relación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Hombre y mujer. . Tener hijos es un mandato. . Relaciones jerarquizadas, división sexual del trabajo y de los ámbitos de acción. . Relación de poder/subordinación. . Familia depositaria de la propiedad y de su transmisión. . Contrato matrimonial de permanencia y exclusividad. . Roles muy diferentes. 	<p><u>Estructura relación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Dos personas de cualquier sexo. . Hijxs son proyecto en común. . Trabajo remunerado ambos y doméstico desigualmente repartido. . No relación de poder, pero dependencia mutua para apoyo socioeconómico y afectivo. . Propiedad y su transmisión en la pareja. . Unión no permanente, formas de convivencia cambiantes con fantasía de permanencia y exclusividad. . Roles multifuncionales de ambos. 	<p><u>Estructura relación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> . Dos o más personas de cualquier sexo. . Hijxs son realización de proyectos individuales sumables. . Relaciones no jerarquizadas. . Valores prioritarios de libertad individual. . Propiedad y su transmisión: los individuos. . Sin contrato o acuerdo de permanencia ni exclusividad. . Roles multifuncionales.

Hay latitud, como diría Corbett (2014).

Para ilustrar las subjetividades de género contemporáneas actuales me gustaría poner un ejemplo de un paciente joven (24 años) derivado por su madre: un biólogo, emancipado, que mantiene relaciones abiertas (poliamor y bisexual), y que me cuenta que se está comprando un coche con la ayuda de su "mecánica", en quien confía. Un montón de nuevas subjetividades emergentes. Esta mecánica es una mujer que se ha construido una subjetividad capaz de comprender el funcionamiento de los vehículos y de sostener un oficio que habitualmente llevan hombres. Este hombre joven viene a terapia porque rechaza el modelo de masculinidad agresiva de su padre, y quiere construirse una subjetividad adulta madura propia.

Enfoque emancipador

El psicoanálisis relacional es una actividad subversiva que cuestiona el statu quo, expande los límites y desafía las normas que constriñen la libertad expresiva y la vitalidad (Ferguson, 2020).

Es un trabajo terapéutico en el entrecruzado de las dimensiones biológicas, sociales y psicológicas: que es emancipador porque recoge las aspiraciones y deseos de la persona y la ayuda a superar la acomodación patológica y a empoderarse para tomar sus decisiones y decidir su estilo de vida en libertad (Brandchaft, Doctor & Sorter, 2010; Welzel, 2014; Dio Bleichmar, 1997); en contacto con sus capacidades y potencialidades; y sus limitaciones. Que identifica las fuerzas internas contrarias [Conocimiento Relacional Implícito (BCPSG, 1998), historia traumática], las hace explícitas, y las modifica (Garriga, 2019; Garriga & Molet, 2021) buscando los efectos terapéuticos empoderadores.

Un trabajo terapéutico basado en el modelo de salud (Velasco, 2009) que explicita las vías de realización personal (trabajar, saber, amar, socializar, crear, dar vida,...). Y en el Enfoque Modular Transformacional, que ofrece una visión de los objetivos a alcanzar como persona adulta/madura sana: la auto/heteroconservación, el apego seguro, la autoestima, la regulación psico/biológica y la satisfacción sensual/sexual (Bleichmar, 1997). Enriquecido de pensamiento no-lineal (Coderch & Plaza, 2016). Y de teoría del trauma [Grand & Salberg (2017); Shapiro, (2001); Salberg & Grand (2017); Salberg, (2019); van der Kolk (2014)].

Incorporo la mirada de Togashi (2020) al enfoque terapéutico. Este autor japonés nos invita a tener, como terapeutas, una actitud de "*surrender*/rendición", que él llama de "cero psicoanalítico", y que describe como una acción sin esfuerzo, con naturalidad y espontaneidad honestas y sinceras; una manera de ser humanas con el paciente. Entiende que la vida humana tiene lugar en un mar de contingencias e incertidumbres, que no podemos evitar; que son. Togashi reconoce la alteridad radical del otro, y propone que entendamos y

aceptemos la finitud y la impermanencia; que la tragedia humana viene de las contingencias del mundo, del azar, de la irracionalidad de vivir en este mundo, y que “no hay absolutos”, que tanto pacientes como analistas compartimos el mismo mundo, y que podemos encontrar espacio para la conexión humana.

Togashi sostiene que los traumas normalmente están causados por un acontecimiento que tiene lugar en la vida de una persona sin razones racionales; a las personas traumatizadas se les hace difícil encontrar sentido a lo sucedido y se preguntan el porqué de su situación. Togashi afirma que el trauma no es una patología que haya que arreglar o curar, sino una manera de vivir en este mundo incontrolable, impredecible, e inescrutable . Y que un objetivo del psicoanálisis es encontrar una manera de vivir aceptando la incertidumbre. No hay explicación a porqué una nace en el mundo irracional, pero se puede compartir este destino humano con otros. Hay posibilidades de encontrar una experiencia significativa y de percibir un futuro esperanzador en este mundo irracional.

En este sentido, y porque no hay manera de volver a un estado pre-traumático, me sumo a la propuesta de Saketopoulou (2020) de que estemos menos preocupados con el trauma y más curiosas con lo que se puede hacer a partir del trauma, que cambiemos nuestra actitud de traumatofóbica en traumatofílica,

Conclusiones

Para terminar recogeré los hilos que ido soltando: me inspiró la agencia y por el camino encontré la contingencia como contrapunto. Construir una subjetividad razonablemente satisfactoria partiendo de unos “datos”/dones de género, de clase y de nación oprimida es una tarea enormemente compleja en la que participan multitud de factores: desde la agencia del deseo y la determinación hasta la casualidad y la fortuna de la contingencia y el azar.

Sostengo que es nuestra tarea como terapeutas acompañar y ayudar a nuestros pacientes a construirse un lugar en el mundo psíquico que acoja sus

aspiraciones para empujar su camino, particularmente allí donde se encuentran con obstáculos psíquicos, relacionales y/o materiales, con la humildad que proporciona el saber que compartimos destino humano.

A mis 66 años, puedo decir que: a) claramente me he constituido en una subjetividad de género de acuerdo con mis aspiraciones de llegar a ser una mujer emancipada, b) que mantengo una relación de pareja libre, c) una relación lúdica y deportiva con mi cuerpo y d) que tomo la mayoría de decisiones en libertad. Sigo haciendo camino como profesional de esta apasionante profesión que es la psicoterapia psicoanalítica relacional, y permanezco en continua evolución gracias al hábito de leer regularmente nuestra literatura y al estímulo extra que me proporciona el vínculo inquebrantable que mantengo con Ramon Riera en el seminario que dirige.

Claramente, haber ascendido de posición social a clase media ha sido un resultado acumulativo: de las generaciones que me precedieron, de mis padres y de mi misma; del espíritu emprendedor de mis antecesores, que acepté como legado, y de los azares favorables que han aupado estos procesos. Desde los éxitos empresariales a partir de la máquina alemana de mi padre, hasta el acierto de mi decisión de renunciar al puesto de funcionaria que tenía como profesora de secundaria para emprender la profesión de psicoterapeuta psicoanalítica relacional. Sostengo que el ascensor social no funciona muy bien, que es muy difícil ascender y que se requieren esfuerzos muy grandes, mejor colegiados, para conseguirlo, aunque también aquí, la fortuna juega su papel.

Claramente, el don de pertenecer a una nación colonizada, que apenas he delineado más allá de los aspectos de lengua, se constituyó en motivo de resistencia y orgullo en mi familia. Mis antecesores fomentaba la cultura catalana como un legado a conservar, por responsabilidad histórica. Si no hablábamos nuestra lengua, se perdería. Si no apoyábamos las instituciones propias, nos quedaríamos sin ellas.

La imposición de pertenecer a España es ejercida con autoritarismo, guerra judicial y represión policial/militar objetivos (el estado español envió a la policía a pegarnos mientras votábamos; tenemos más de tres mil represaliados/as, presos y presas; exiliados y exiliadas; y multas estratosféricas que arruinan la vida de nuestros mejores representantes). La opresión es muy real: doce de los catorce últimos presidentes de la Generalitat han sido procesados por algún acto vinculado al catalanismo (sólo Maragall y José Montilla, del Partido Socialista, se han librado; el resto: Prat de la Riba, Puig i Cadafalc, Cambó, Macià, Casanovas, Companys -además fusilado-, Irla, Tarradellas, Pujol, Mas, Puigdemont, Torra, todos han sido procesados (Hakobyan & Solano, 2020). Mientras tanto vemos a países como Gran Bretaña, organizar y votar un Brexit, y negociarlo en muy pocos años con la Unión Europea sin que nadie sufra represalias de ningún tipo por ello. La subjetividad construida desde la colonización nacional es muy dolorosa, hace que las personas que la sufrimos aspiremos para nuestra tierra a lo mismo que aspira una mujer que se quiere emancipada: a la autodeterminación, ejercida a base de actos pacíficos democráticos de soberanía, con la fuerza de los votos. De la misma manera que el feminismo es la práctica de la construcción de si y del mundo, el soberanismo es la construcción de la minoría nacional que se autodetermina.

Quisiera añadir algo más: en mi camino de emancipación personal la relación con culturas más avanzadas y democráticas, fue determinante. Me ofrecían el modelo y la ilusión de que mis aspiraciones eran posibles. Ahora mismo también confío en el derecho internacional, para seguir acumulando victorias en el reconocimiento de los derechos humanos que permitan el fin de la represión y la venganza sobre el pueblo catalán y la negociación de una paz honesta entre sujetos iguales.

Reconozco que en este viaje he ido encontrando buenos hogares relacionales (en feliz expresión de Spezzano, 2007) desde el feminismo/ progresismo de los 70 hasta la IARPP actual; y he ido comprendiendo que he tenido muy buenas cartas en el recorrido, que el azar me ha sido benévolo.

Posteriormente yo misma he acompañado a muchas personas en algunos tramos del proceso de construirse.

Referencias:

- Apprey, M. (2017). "Representing, Theorising and Reconfiguring the Concept of Transgenerational Haunting in order to Facilitate Healing". En Grand S. & Salberg, J. Eds. (2017)
- Benjamin, J. (1988), *The bonds of love. Psychonanlysis, feminism, and the problem of domination*. New York: Pantheon.
- (1995), *Like subjects, love objects. Essays on recognition and sexual difference*. New Haven and London: Yale University Press.
- (2018), *Beyond Doer and Done to. Recognition Theory, intersubjectivity and the Third*, Nova York: Routledge.
- Beebe, B., & Lachmann, F. M. (2013). *The origins of attachment: Infant research and adult treatment*. New York: Routledge.
- Birulés, F. (2014). *Entreactes. Entorn de la política, el feminisme i el pensament*, Canet de Rosselló: Trabucaire.
- Bleichmar, H. (1997), *Avances en psicoterapia psicoanalítica*. Barcelona: Paidós.
- Bleichmar, H. & Espeleta, S. (2017), Teoría y técnica de la descolonización emocional: una introducción. *Aperturas Psicoanalíticas*, 54.
- Boston Change Process Study Group (2010), *Change in psychotherapy: A unifying Paradigm*. New York: W.W. Norton & Company.
- Bourdieu, P. (1998), *La dominació masculina*, Barcelona: Edicions 62, trans. 2000.
- Brandchaft, B., Doctors, Sh. & Sorter, D. (2010), *Toward an Emancipatory Psychoanalysis*. New York: Routledge (Psychoanalytic Inquiry Book Series, 31).
- Bregman, R. (2020). *Humankind. A Hopeful History*. London: Bloomsbury Publishing.
- Butler, J. (2004), *Deshacer el género*, Barcelona: Paidós, trad. 2006
- Callard, A. (2018). *Aspiration. The agency of becoming*. New York: Oxford University Press.
- Cooper, S. (2021). "Donald Winnicott and Stephen Mitchel's Developmental Tilt Hypothesis Reconsidered", *Psychoanalytic Dialogues*, 31(3):355-370. p. 366
- Coderch, J. & Plaza, A. (2016). *Emoción y Relaciones Humanas*. Madrid: Ágora Relacional (Colección Pensamiento Relacional)
- Collet, M., Ferrer, R. M. & Pla, F. (1989), *Yo, tú: nosotras. Mujeres en busca de una nueva identidad*. Barcelona: LaSal.
- Corbett, K. et al. (2014). "Talking Sex, Talking Gender – A Roundtable", *Studies in Gender and Sexuality*, 15: 295-317.
- Davoine, F. (2011), *Historia y trauma: la locura de las guerras*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Del Rio, F. P. (2013), "Márgenes de Psiquiatría. Desigualdad económica y enfermedad mental", *Norte de Salud Mental*, Vol XII(45):66-74.
- Dio Bleichmar, E. (1985), *El feminismo espontáneo de la histeria*. Madrid: Adotraf.

- (1991), *La depresión en la mujer*, Madrid: Temas de Hoy.
- (1997), *La sexualidad femenina. De la niña a la mujer*. Barcelona: Paidós.
- Ferguson, H. (2020), "Reflections of a rock 'n' roll drummer-analyst", en: Lew Aron et. al, *Rock Music and Psychoanalysis*, Lecce; Frenis Zero Press.
- Friedan, B. (1963), *The feminine mystique*. New York: The Vail-Ballou Press Inc.
- Garriga, C. (2015). The long journey to becoming an emancipated woman and a relational psychotherapist. *Psychoanalytic Inquiry*, 35:222-233.
- (2016). Aportaciones desde la perspectiva de género al caso clínico que presentó S. Federici (2016) en la 6ª reunión de la IARPP-España: "Psicoanálisis contextos y evolución. La psicoterapia y sus contextos sociales". *CeIR*, 10(2):477-489.
- (2017). Acompañamiento terapéutico a lxs pacientes que buscan pareja con aplicaciones de móviles (o no). *CeIR*, 11(3):530-536.
- (2019). Incorporación del EMDR a la psicoterapia psicoanalítica. Un caso vinculado al trauma histórico y su transmisión transgeneracional. *Aperturas psicoanalíticas*, 62.
- Garriga, C. & Molet, L. (2021). "Trabajo clínico, a seis manos, con una paciente 'micotraumatizada', desde las teorías psicoanalíticas contemporáneas del trauma y el EMDR", *CeIR*, 15(1): 238-258.
- Gentile, J. (2016), *Feminine Law, Freud, Free Speech, and the Voice of Desire*, London: Karnac Books.
- Goldner, V. (2003), "Ironie Gender/Authentic Sex". *Studies in Gender and Sexuality*, 4:113-139.
- Grand, S. & Salberg, J. Eds. (2017). *Trans-generational Trauma and the Other. Dialogues Across History and Difference*. Nova York: Routledge.
- Hakobyan, S. & Solano, A. (2020). "La presidència de la Generalitat: un càrrec lligat a la repressió" <https://www.vilaweb.cat/noticies/presidents-generalitat-ideals-repressio-aravot/> (31/1/2020)
- Hari, J. (2018), *Lost Connections*. London: Bloomsbury Publishing.
- Henrich, J. (2020). *The Weirdest People in the World*. New York: Allen Lane.
- Hill, D. (2015), *Affect Regulation Theory*, New York: WW Norton & company.
- Kuchuck, S. (2014). *Clinical Implications of the Psychoanalyst's Life experience. When the Personal Becomes Professional*. Nova York: Routledge.
- Layton, L. (2020). *Toward a Social Psychonanalsis*. New York: Routledge.
- López Mondejar, L. (2021). "El patriarcado inconsciente de Freud y la plasticidad de las mujeres". *Aperturas Psicoanalíticas*, 66.
- Molet, L. (2019), *El dolor es sordo*. Madrid: Editorial Académica Española.
- Orbach, S. & Eichenbaum, L. (1983). *What do women want?* London: Fontana/Collins.
- Riera, R. (2010), *La connexion emocional*. Barcelona: Octaedro
- (2019). *L'herència emocional. Viatge als sentiments invisibles*. Barcelona: La Campana.
- Saketopoulou, A. (2020), "Risking sexuality beyond consent: overwhelm and traumas that incite" *The Psychoanalytic Quarterly*, 89(4):771-811.
- Salberg, J. & Grand, S. Eds. (2017). *Wounds of History. Repair and Resilience in the trans-Generational Transmission of Trauma*. Nova York: Routledge.
- Salberg, J. (2019). "When trauma tears the fabric of attachment: discussion of 'The intergenerational transmissions of Holocaust trauma: a Psychoanalytic theory revisited'", *The Psychoanalytic Quarterly*, 88(3):563-582.

- Sapolsky, R. (2017), *Compórtate. La biología que hay detrás de nuestros mejores y peores comportamientos*. Madrid: Capitán Swing.
- Shapiro, F. (2001). *EMDR. Desensibilización y reprocesamiento por medio de movimiento ocular*. México: Editorial Pax.
- Spezzano, C. (2007), "A home for the mind", *The Psychoanalytic Quarterly*, 76:1563-1583.
- Stewart, J. (2020), *The Emergence of Subjectivity in the Ancient and Medieval World: An Interpretation of Western Civilization*. Oxford: Oxford University Press.
- Togashi, K. (2020). *The psychoanalytic zero. A decolonizing Study of Therapeutic Dialogues*. New York: Routledge (Psychoanalytic Inquiry Book Series)
- Van der Kolk, B. (2014). *El cuerpo lleva la cuenta. Cerebro, mente y cuerpo en la superación del trauma*, Barcelona: Eleftheria (trad. 2015).
- Velasco, S. (2006). *Atención biopsicosocial al malestar de las mujeres*. Instituto de la Mujer, Salud 9.
- (2009). *Sexos, género y salud*. Madrid: Ediciones Minerva.
- Wallin, D. (2007), *El apego en psicoterapia*. Bilbao: Desclee de Brower (trad. 2012).
- Welzel, C. (2014). *Freedom Rising: Human Empowerment and the Quest for Emancipation*, Harvard: Cambridge University Press.
- Wilkinson, R. G. & Pickett, K. (2009), *The Spirit Level*, London: Allen Lane.
- Yehuda et al. (2007), Parental posttraumatic stress disorder as a vulnerability factor for low cortisol trait in offspring of holocaust survivors. *Arch Gen Psychiatry*, 64(9), 1040-1048

ⁱ El original, en catalán: "Nissaga Garriga: una mirada amb biaixos", 88p.