

En el fondo del discurso de Polaino late una verdad incómoda: buscar una vida cómoda es contraproducente para la felicidad del ser humano

Javier García Herrería en omnesmag.com

Cincuenta años de práctica clínica y docencia dan para observar el alma humana en todas sus luces y sus sombras. **Aquilino Polaino**, referente de la psiquiatría en España y coautor de [El arte de casarse y no arrepentirse](#), reflexiona sobre lo aprendido en estos años sobre la persona, los vínculos y la estructura de la familia en una sociedad que parece haber olvidado el manual de instrucciones del compromiso.

¿Cuáles son los cambios que más le han sorprendido en las cinco décadas en las que ha ejercido su profesión?

En primer lugar, el cambio radical, y casi diría contrario, de lo que era la familia. Me parece que la familia, tal como la conocimos, se nos ha deshecho. En segundo lugar, la inmadurez de la generación de los padres. Me parece un cambio muy sustantivo, casi paradigmático.

Y, en tercer lugar –aunque ya a más distancia– pondría la situación de la gente joven a partir de la adolescencia: la cantidad de problemas que tienen y la casi absoluta carencia de recursos personales para hacerles frente. Eso hace que se desplomen más todavía y se conviertan en objeto de una enorme incertidumbre, en un contexto donde además faltan políticas juveniles ilusionantes y entusiasmantes, pensadas de verdad para ellos.

A alguien podría parecerle que su diagnóstico se centra sobre todo en lo perdido.

No todo tiempo pasado fue mejor. Yo, por lo menos, en las relaciones sociales que mantengo –con antiguos alumnos, con pacientes que tuve en su día–sigo encontrando puntos aislados, pero que son de un valor enorme. Si comparo a esos jóvenes con los de mi generación, en algunas cosas nos superan claramente.

No me gusta llamarlos “núcleos de resistencia”, pero en el fondo lo son. Abren una esperanza muy real de que el cambio se producirá antes o después. Puede tardar quince o veinte años, pero estoy convencido de que van a acertar. ¿Por qué? Porque son gente muy preparada, muy seria, que participa de valores antiguos, que ha sufrido mucho. Han descubierto un mundo en el que el joven estorba y se le relega al final de la fila ante unos depredadores económicos: mal pagados, con problemas de vivienda, con relaciones hombre-mujer que no funcionan. Y, sin embargo, son fuertes, tienen ilusiones y saben lo que quieren en la vida. Eso, antes o después, tiene que dar la vuelta a la tortilla.

¿Cómo interpreta el fenómeno del “giro católico” en España?

Hay muchos factores que han preparado este “giro” que ahora vemos. Uno de ellos es muy humano: la capacidad de hartarse. Llega un momento en que uno se harta, y entonces entra en crisis. El malestar es tan grande que ya no se puede tolerar.

Si a ese hartazgo le añadimos una mínima idea de justicia, la persona empieza a cambiar por sí misma. Ahí se produce el cambio radical. La vuelta a la fe y a los valores religiosos contribuye muy fuertemente a ese cambio, siempre que se cumpla una condición necesaria –aunque no suficiente–: distinguir entre religión y emotividad.

Si se confunden, el resultado será insatisfactorio, un tanto explosivo y lamentable para muchos jóvenes. Porque la religión no puede reducirse a un sentimiento. La fe necesita de la afectividad, la transforma y tiene mucho que ver con ella, pero no se puede identificar con mera afectividad.

¿Lo dice por situaciones concretas, por movimientos recientes, por documentos de la Iglesia?

No lo digo por un texto concreto sino por una dinámica de fondo. Muchos jóvenes que ahora se abren a lo religioso han visto y padecido cómo sus padres pasaban de ser creyentes a una postura agnóstica y de no práctica religiosa. En casos extremos, han visto a sus padres convertirse en apóstatas.

Cuando en ellos reverdece en lo religioso, se encuentran con que aquello que debió serles transmitido como ejemplo y educación no lo fue. Y ahí surge un problema de amor-odio hacia los padres. A veces está justificado, y hay que resolverlo acudiendo al perdón. Otras veces no está justificado, pero también hay que resolverlo, porque si no se cronifica la herida.

Hoy se ve, por ejemplo, en muchas chicas jóvenes: todo lo positivo que encuentran en sí mismas –inteligencia, deportividad, buen corazón se lo atribuyen a ellas mismas. Lo negativo –pereza, consumismo, falta de laboriosidad–

se lo cargan a los padres. Los padres se convierten en chivo expiatorio de todo lo malo. Lo bueno, en cambio, sería un fruto exclusivo del propio mérito. Es un error tremendo.

¿Qué consecuencias psicológicas tiene esa manera de leer la propia biografía?

Los padres aceptan a los hijos tal como vienen, sin saber quién va a ser su hijo. El padre no elige al hijo, ni el hijo elige a los padres. Ahí hay una aceptación recíproca apoyada en la psicobiología y en la naturaleza de la condición humana.

Sobre esa base, los padres deben volcarse en la educación humana y religiosa de los hijos, pasar tiempo con ellos y dar ejemplo en cien mil detalles. Y los hijos, por su parte, han de observar sus propios defectos y no proyectarlos en un chivo expiatorio falso que son los padres. Si no, muchos problemas psicológicos se cronifican.

Si una persona no acepta a su padre tal como es y solo lo ve rodeado de defectos que proyecta en sí mismo, cree que daña solo a su padre, pero el que más se daña es él mismo, porque procede de su padre. Si detesta a su padre o vive en una atracción-rechazo permanente hacia él, esa misma dinámica la reproduce consigo mismo. Y nadie puede vivir bien consigo mismo si, al mismo tiempo, se rechaza.

Al escucharle hablar de heridas juveniles, de cómo se reelabora el pasado familiar, es inevitable recordar a Jordan Peterson. ¿Qué le parecen sus aportaciones y su influencia?

Cualquiera que tenga experiencia profesional con jóvenes en psicología o psiquiatría habrá percibido fenómenos muy similares a los que describe Peterson. En sociedades donde aproximadamente la mitad de los jóvenes no ha tenido un buen apego con sus padres, crece una generación que nunca se ha sentido verdaderamente segura.

Muchos cuentan que su padre los corregía siempre en público, los humillaba, nunca les daba un gran abrazo, subrayaba solo lo negativo. Esa imagen no reconocida como valiosa genera resentimiento. Y una persona resentida es una persona amargada que busca el desquite mediante la agresividad.

Esa agresividad la emplea contra sí mismo y contra los demás. Puede insultarse a sí mismo y no pasa nada, pero cualquier cosa que le diga otro la vive como una agresión que obliga a pelear. De ahí se pasa a algo muy de moda, alimentado también por ciertas corrientes **ideológicas**: la victimología. Muchos chavales han descubierto que, si se presentan como víctimas, la política les ofrece subvenciones. Se ha construido una vía de escape a través de la victimización subsidiada.

¿Qué consecuencias sociales tiene esa lógica de la victimización y la subvención?

Si yo me declaro víctima –con razón o sin ella– concluyo que la sociedad me debe justicia, y que debe compensar mi dolor con una subvención. Eso forma parte de un gran materialismo ambiental. Pero el victimista no saldrá nunca de esta falsa actitud extendiendo la mano y pidiendo subsidios.

Cuando la relación del ciudadano con la política se reduce a ser una clase subsidiada, dependiente del Estado, la libertad personal se erosiona gravemente. Cada vez hay más víctimas, más subvenciones y más resentimiento y amargura. La gente lo que quiere, en el fondo, es ser libre, y esta dependencia económica permanente no hace a las personas más libres sino más vulnerables a la manipulación.

Por primera vez en décadas, ciertos cambios antropológicos ligados a la transexualidad han encontrado frenos claros en el debate público –en cárceles, baños o deporte mixto–, con un choque entre activismo trans y feminismo. ¿Cree que estamos ante un “hasta aquí hemos llegado” o es solo un paréntesis?

Creo que todo estos son frenos lentos, todavía no pueden considerarse una tendencia consolidada. Estamos en una fase de autoconciencia: de darse cuenta de la realidad, de cómo muchas personas han sido manipuladas y llevadas por un camino equivocado, lleno de errores y de gran sufrimiento.

Las señales de cambio existen y vienen, en buena medida, de gente muy capacitada que ha sabido verlas. Eso significa que hemos salido del hermetismo ideológico y dogmático en que vivía casi toda la sociedad. Hay puntos de luz, más espíritu crítico, y lo que hoy son signos incipientes pueden convertirse en tendencia en unos años.

En el campo médico esto es muy claro: el tratamiento hormonal de adolescentes con disforia de género se ha restringido o prohibido en bastantes países, tras constatar que no estaba ayudando realmente a los pacientes.

¿Qué hechos concretos le parecen más significativos en ese cambio de rumbo médico?

Muchos equipos médicos han observado que quienes se sometieron a hormonación y cambios quirúrgicos de sexo seguían teniendo, obviamente, el mismo sexo celular biológica, y que sus problemas de fondo no se resolvían. Los seguimientos longitudinales han mostrado tasas elevadas de sufrimiento psíquico grave, incluidos esquizofrenia y el suicidio.

Esto ha actuado como un freno muy fuerte entre los propios profesionales. Un caso paradigmático es la Tavistock Clinic de Londres, durante años referencia mundial en el tratamiento de jóvenes con disforia de género, que ha tenido que cerrar su servicio tras las denuncias de padres de pacientes.

Que una clínica con más de siglo y medio de historia, pionera e influyente incluso para la psiquiatría infantil y juvenil inglesa, haya dado ese paso, es un aldabonazo para toda la sociedad inglesa y más allá. El hecho de que la hormonización de menores esté hoy prohibida o muy restringida en Inglaterra y en numerosos estados de Estados Unidos indica que la cuestión está empezando a cambiar de fondo. Confío en que, con el tiempo, los colegas que se equivocaron pidan perdón por una mala práctica que muchas veces se ejerció con buena intención, pero con escasa conciencia de sus consecuencias.

Antes de terminar me sugería añadir un tema: el invierno demográfico. ¿Por qué le parece tan importante?

Porque es tremendo, y está estrechamente relacionado con mi último libro, *El arte de casarse y no arrepentirse*, escrito con un chico muy joven. Yo siempre he sostenido que los jóvenes pueden mucho más de lo que creen, y lo he visto empíricamente. El problema es que, como no se conocen, viven en una situación muy extraña.

Se sobreestiman en lo que valen poco y se subestiman en lo que vale mucho. Una chica puede considerarse guapísima (sobrestimación) y, sin embargo, esconder o no valorar que es muy inteligente (subestimación) porque teme ser etiquetada de “empollona”. El chico pone todo el acento en los músculos, cuando jamás será jugador del Real Madrid. Y al mismo tiempo se considera mediocre, estúpido, incapaz de alcanzar grandes metas. Infraestiman su capacidad de audacia, de valentía, de liderazgo, de orientar bien su vida, de tener un proyecto biográfico alto y luchar cada día por él.

¿Los padres comparten esa mirada distorsionada sobre sus hijos adolescentes?

Muchas veces sí. También ellos se dejan llevar por clichés y miedos. Creen que tener un hijo adolescente es casi una misión imposible, algo cercano a la supervivencia heroica. Y no es verdad.

La adolescencia es un periodo de transición difícil, porque se estrena la libertad y se multiplican las pulsiones, pero también es una etapa donde el joven se plantea cuestiones humanas y antropológicas que rozan la metafísica. Es un acelerador del cambio radical hacia la madurez.

Eso hay que aprovecharlo. Ni los padres pueden subestimar o despreciar a sus hijos adolescentes, ni los hijos descalificar a sus padres. Sin embargo, se ha extendido un estado de opinión muy erróneo que presenta al hijo adolescente casi exclusivamente como un problema.

¿Cómo conecta esto con el descenso de la natalidad y el miedo a la paternidad?

Hoy muchos padres potenciales creen que tener un hijo es dejar de vivir bien para vivir mal. Solo ponen en la balanza el esfuerzo, la dedicación, el coste económico. No sitúan en el otro platillo todo lo que un hijo aporta a la familia.

Así, la balanza nunca se estabiliza y crece el temor a la filiación, que en el fondo es temor a la paternidad. Sin hijos no se puede ser padre. Y la paternidad tiene una dimensión biológica y humana, pero también una dimensión espiritual: es hacerse responsable de otra persona que no eres tú. Es precisamente esa responsabilidad la que hace que la gente se “estire”, que mejore, que madure mucho más.

En vez de ver a los hijos como una amenaza para la “buena vida”, habría que verlos como lo mejor que puede ocurrirle a una pareja: un don que se les regala para que lo eduquen, lo quieran, lo protejan, lo avalen y lo formen, sacando de él la mejor persona posible. Y, de paso, para que no se sientan solos nunca más. Cambiar este relato es esencial si queremos revertir el invierno demográfico.

Podría preguntárseles a los progenitores ¿qué sería de los padres sin los hijos? Pues, sencillamente, que trabajarían menos, consumirían más, retrasarían y obstaculizarían su desarrollo personal, entregados a un estilo de vida adolescente e individualista. Iniciarían un sendero hacia el individualismo, a cuyo final está el frío de la soledad y la perplejidad del aburrimiento.