CONVERTIRSE EN UNA MISMA[[1]](#footnote-1)

Notas en clave de futuro

Creatividad. Todas las personas, de forma repetida, creamos nuevas perspectivas para seguir viviendo. La mujer ha crecido sabiendo que las metas socialmente más valoradas del desarrollo individual no eran las suyas y aun así las mujeres han crecido y se han desarrollado; han construido una persona interior diferente -un concepto de valía- de lo que esta sociedad valora. Ahora bien, no es lo mismo que ese sea el "resultado" y luego nos demos cuenta, a que busquemos dicho resultado como un propósito o proyecto. Lo segundo implica definir por si mismas lo que es valioso, definir nuestros propios principios.

No se trata de afirmar que "las mujeres son mejores porque han sufrido más" sino que conocen mejor, el impacto de una sociedad dominante construida sobre un concepto muy restringido de potencial humano; porque ella es quien lo ha recibido.

Todas las formas de opresión intentan que la gente participe de su propia subordinación. En el caso de las mujeres esta participación adopta formas psicológicas y suele terminar en neurosis o en otras manifestaciones. En este sentido los problemas no son causados por el inconsciente sino por la privación de la conciencia completa.

La dependencia por ejemplo, crea una idea de estar con alguien pero conlleva en realidad mucha soledad y aislamiento. Hallar el camino propio y salir del aislamiento (cumplir un rol dentro del mundo y afrontarlo auténticamente), es fundamental. Implica por ejemplo permitirse ser necesitada y necesitar a otros.

La depresión puede surgir entonces cuando uno se hace consiente de que ha participado de su propia subordinación. Lo contrario a esto es: hacerse responsable. En el ámbito psicológico los cambios se aprecian en los hechos concretos de la vida diaria.

Vulnerabilidad, debilidad, indefensión. A las mujeres, les es más fácil (que a los hombres, dadas las formas de socialización), reconocer sus miedos y necesidades y por lo tanto pedir ayuda pero nos cuesta más reconocer nuestras potencialidades y nuestra propia fuerza.

Cuando empezamos a percibir ese reconocimiento como como una fuerza, como algo valioso, cuando empezamos a percibir formas de fuerza basadas en nuestras propias experiencias vitales se suelen encontrar nuevas formas de entender nuestra fuerza. Es más "fácil" aceptar nuestra debilidad cuando descubrimos que podemos hacer algo con ella.

Es necesario ser conscientes de nuestro deseo de poder y de fuerza, es algo común a todas las personas. Pero tenemos poca experiencia en el ejercicio de poder y tememos las reacciones que se derivan de ejercerlo.

Emociones. La emotividad según Baker Miller, resulta ser un elemento más contundente que la debilidad o la vulnerabilidad. Sin embargo, se nos hace creer que esta potencia es un punto débil (aunque lo es cuando esta emotividad se concentra en las emociones y reacciones de los demás, impidiéndose expresar las propias), impidiendo el conocimiento de *si mismas*.

Participación en el desarrollo de los demás. La vida no es sólo biológica sino también psicológica e intelectual. El crecimiento es una de las cualidades más importantes del ser humano, pero a las mujeres se les "entrena" para alentar el crecimiento de otros antes que el propio.

De allí viene en buena medida, la culpa: ¿Estoy dando lo suficiente? o ¿Estoy siendo egoísta?. Esto está relacionado con que se procura que las mujeres desarrollen la creencia interna de que cualquier cosa que hagan es "correcta" *sólo* si la hacen para otra persona. Es entonces como si se perdiera el sistema interno que registra los acontecimientos y nos dice si nos satisfacen o nos hacen feliz o no.

Cambiar esto implica riesgos. Centrarse por ejemplo en nuestros propios deseos y necesidades significa en nuestro entorno social, "molestar a los demás" el costo, o al menos el temor es ser abandonada, condenada o aislada. En algunos casos, esto nuca sucede (al menos el abandono), en otros, son las propias mujeres las que se van pero enfrentar el riesgo es un paso psicológico fundamental.

También cabe recordar que las mujeres han creado entornos solidarios para contrarrestar esas reacciones. Se trata de: dar, parar de dar y recibir, a sabiendas de que en todo caso hacerlo, significará para algunas personas ser "mala" o "fracasada".

Necesitamos rutas más válidas, términos más exactos para conceptualizar, mayor acceso a las propias emociones, con lo que tendríamos mejores programas de acción. Es necesario re elaborar el lenguaje, por ejemplo, las mujeres no suelen vivir la autonomía en el sentido que la definen los hombres, muchas mujeres buscan una mayor capacidad para mantener relaciones con los demás de una forma simultánea al desarrollo de sí misma.

Cooperación. Otro aspecto importante, es la mayor conciencia adquirida de la naturaleza cooperativa que tiene la existencia humana, entendida como la conducta que fomenta el desarrollo de los demás seres humanos y de una/o misma/o.

Una fuerza entonces es la "necesidad" de participar en alguna forma de función cooperativa y el *deseo* de hacerlo, (no quiere decir que no hay en las mujeres también algo de competitividad).

Aunque muchas veces no parezca la motivación adecuada puede llevar a desarrollar habilidades y recursos muy importantes (aquí estaría el ejemplo muy común de quedarse a cargo de la familia-hijos cuando muchos hombres se van). La afiliación es tanto o más valiosa que la mejora de uno/a mismo/a sin embargo, ¿Están los hombres preparados para desarrollar ese cambio?

Reivindicación del conflicto: Implica cambiar también ese papel asignado socialmente como mediadoras. El conflicto es necesario. Es importante abrir el conflicto no dejarlo soterrado o reprimido. Es el conflicto con otros y consigo mismas. Ahora bien, eso no implicará recibir felicitaciones sino todo lo contrario, ya que el hecho de que revaloremos esto aspectos no implica que el mundo también lo hará.

La creencia en las propias capacidades no es algo que surge sino que se desarrolla con cada nueva experiencia, y una gran parte del resultado se debe a la capacidad que otras mujeres han tenido de responder bien y directamente a estos cambios.

Referencias bibliográficas.

* Hacia una nueva psicología de la mujer, Jean Baker Miller, Paidos, España, 1992.
1. Los contenidos de este texto están basados principalmente en la obra de Baker Miller citada en las referencias bibliográficas. [↑](#footnote-ref-1)