

## Antipsiquiatría y anticapacitismo. Autogestión de la neurodiversidad,

Escrito por: @makkmd98  
como parte de  
@antipsiquiatriaenpdf

### Los valores de la sociedad capitalista en la psiquiatría

La antipsiquiatría es un término acuñado por David Cooper en los años 60 para describir los movimientos que surgían contra las instituciones psiquiátricas, y al mismo tiempo, es utilizado para crear un marco teórico crítico con la psiquiatría que se basa en considerar a la sociedad como causante tanto de la catalogación y producción de las enfermedades mentales como de la obsesión práctica de diagnosticar.

Revisando el análisis del materialismo histórico (con Karl Marx como principal exponente), una de las conclusiones más importantes que se extrae es la de que todo sistema ha tratado históricamente de imponer una moral, un aparato ideológico idealista, así como, una cultura propia, que son profesadas cual dogmas y que sostienen a la clase dominante del momento autoperpetuándola en el poder. En la actualidad, con el capitalismo como sistema, nos encontramos con una serie de dogmas que lo sustentan y resumidamente son:

– Por un lado, el criterio del beneficio económico en la toma de decisiones sustituyendo a la ética formal. Los mercados se sitúan siempre por encima de las necesidades básicas de la población (de las decisiones éticas) ya que, vienen a decirnos, «el crecimiento económico beneficia a todas las partes» sin dar explicación alguna del por qué. Lo que nos encontramos en la realidad es que, muchas veces, se prima el negocio por encima del bien general. Por ejemplo, muchas investigaciones científicas se centran en sacar nuevos fármacos ligeramente mejores que los anteriores (en el mejor de los casos) para sustituir a estos, y obtener nuevos beneficios de la venta, en lugar de investigar para tratar enfermedades más raras que no generarían beneficio alguno

en relación al coste. Otro ejemplo, es el de la producción industrial, en base a la necesidad de generar beneficio y crecimiento, por encima del cuidado al medio ambiente.

– Relacionado con esto, tenemos también el dogma de la libertad individual, dando como resultado la defensa del individualismo y la ultracompetitividad, haciendo de la vida humana una batalla constante con la excusa de que quienes sobrevivan estarán más evolucionados que aquellos dejados atrás. Esta apreciación parte de la aplicación del darwinismo a la sociedad (Darwinismo social) que ya Kropotkin desmontó en la obra *El apoyo mutuo* de la cual podemos extraer la conclusión de que el individualismo no es aplicable como receta para la evolución en una especie que es marcadamente social. La humanidad está adaptada para sobrevivir en sociedad, con características naturales y positivas como la empatía, que no son como se pretende decir, artificiales, sino que han sido fundamentales para nuestra supervivencia. La sociedad nos permite construir conocimiento y cultura, y está sostenida gracias a la solidaridad entre las personas. La cooperación y el apoyo mutuo son también características muy positivas de nuestra evolución como especie que han sido negadas por la ideología liberal con el fin de justificar la competitividad y la explotación salvaje (y artificial), pilar de los privilegios de la clase alta burguesa. Estos valores se han convertido poco a poco en mayoritarios en la sociedad occidental, y gracias a ellos se ve al resto de personas, no como humanas (en el sentido de solidarias y empáticas con las demás) sino como competidoras, enemigas y objetos a los cuales someter, pues si no se consigue someterlas, serán ellas las que lo hagan contigo. Unos valores que promueven el tratamiento de las otras personas como instrumentos, que impulsan a la explotación y deshumanización del ser humano. Y unos valores que hacen de las relaciones humanas relaciones de desencuentro, hostiles y de desconfianza, generando una paranoia, que no es enferma, sino propia de cualquier persona cabal.

Hablar de demencia (que etimológicamente significa «estar fuera de la propia mente», «estar fuera de sí») en un marco social de tal cariz, no puede más que referirse a la propia sociedad, ya que la sociedad ha construido unos valores morales que alejan al individuo de una toma de decisiones libre y natural. No se toman decisiones en base

a la ética propia y libre del individuo, sino en base a estos dogmas idealistas, convirtiendo a los individuos en dementes. O como diría Karl Marx, en alienados.

El filósofo Sartre definía alienación como, habiendo una alteridad del ser que oscila entre ser para sí y ser para el otro, tratarse a sí mismo como objeto de beneficio para otros. Situándose así en el polo de ser para el otro (en el caso de la sociedad capitalista, ser para la producción de mercancía de las élites financieras, y no para la producción de objetos o servicios para sí y para su comunidad, apartándole de una sociedad con relaciones cercanas y humanas).

Esta sociedad enajenada, demente o fuera de sí, individualmente competitiva y cruel, no puede más que generar demencia y enfermedades. Y la psiquiatría cae en el error de analizar esto individualizadamente, sin contexto social, patologizando y denominando enfermedades a lo que es un sufrimiento psíquico procedente de la opresión social generalizada y que recae sobre aquellas personas más sensibles y perceptivas. Esta es la utilidad del concepto demencia social.

– Otra forma de alienación (ignorada por Marx) es la jerarquía, es decir, la toma de decisiones con base no en la ética sino en la obediencia. Asunto que ha sido estudiado experimentalmente y cuyos resultados no han sido puestos en valor como es debido a causa del enfoque antipsiquiátrico con el que fueron propuestos. Hablamos de experimentos como el de Milgram o el de la cárcel de Stanford.

El experimento de la cárcel de Stanford consistió en la creación de una cárcel ficticia, en la que se escogieron aleatoriamente a participantes que iban a ser preses en ella y a otros participantes que representarían el papel de carceleros. El experimento, que en principio iba a tener una duración de 14 días tuvo que ser cancelado al 6º día, y ya en el segundo día se desató un motín por las condiciones y castigos abusivos impuestos por los carceleros. La comunidad académica trató de desprestigiar el experimento tachándolo de poco riguroso y falto de moral, sentando así prejuicios contra otros experimentos que se pudiesen realizar en este sentido.

En cambio, en el experimento de Milgram se hacía creer a los voluntarios que el objeto de estudio era comprobar la eficacia de los castigos como estímulo para la memoria a modo de refuerzo negativo. Estos debían castigar con descargas eléctricas cada vez mayores los

fallos de otra persona que en realidad no recibía tales descargas sino que eran actores. El objeto del experimento era en realidad valorar la obediencia a la autoridad para ejecutar acciones que eran claramente injustificables, y aunque después se descubrió que los datos arrojados no habían sido fiables, luego sí que se ha reproducido exitosamente por parte de otros experimentadores con resultados que demostraban la alienación que produce la autoridad. En 1999, Thomas Blass, profesor de la universidad de Maryland publicó un análisis de todos los experimentos de este tipo realizados hasta entonces y concluyó que el porcentaje de participantes que aplicaban voltajes notables se situaba entre el 61% y el 66% sin importar el año de realización ni la localización de los estudios.

En ambos experimentos, las personas puestas a prueba demuestran ser capaces de realizar actos injustificadamente violentos porque creen a una autoridad científica que les dice que sí que están justificados. El ser humano sometido a una autoridad no se concibe a sí mismo con capacidad para discernir la ética, sino que confía este juicio a una autoridad del conocimiento, y además cree justificables sus acciones ya que no se responsabiliza de las mismas. Se limita a ejecutar lo que le dicen sin cuestionárselo, viéndose como una herramienta ejecutora de la voluntad de otro al cual atribuye la responsabilidad de lo que hace. De este modo, se deshumaniza, se aliena, se enajena y se convierte en demente.

Si tomamos ejemplos de la realidad vemos que esta es una actitud muy extendida. Es muy común que las personas justifiquen actos contrarios a la ética poniendo la obediencia como virtud o como necesidad para sobrevivir. El ejemplo más claro de esto es el de la policía desahuciando a las familias pobres que no pueden pagar al banco con la excusa de que «es una orden y tengo que obedecerla», «si no lo hago yo lo hará otro» o «si no lo hago me despedirán», afirmaciones que no hacen más que confirmar que el problema es el propio sistema de jerarquías. Jerarquías que no solo conllevan la realización de actos poco éticos sino también alienados, pues la persona delega la responsabilidad de tomar esa decisión ética en otra persona supuestamente más preparada y se despreocupa de ellos. No delibera, no entra en disonancia cognitiva sino que simplemente obedece sin plantearse la cuestión pues «no sirve de nada pensar en eso porque lo voy a tener que hacer de todas formas y, de hecho, es mejor ni siquiera pensarlo para no tener mala conciencia».

Esto pone de relieve el trascendental error de Karl Marx de situar la lucha antiautoritaria por debajo de la lucha de clases, ya que la obtención de la justicia social mediante medios autoritarios no es emancipadora ni conlleva una revolución de valores y de conciencias al efectuarse a través de un estado paternalista a quién el pueblo confía su salvación. Es obvio que si el gobierno está compuesto por buenas personas (cosa que históricamente se ha demostrado poco probable) esto resultará en una mejoría de la sociedad. Ahora bien, teniendo en cuenta las presiones económicas del sistema capitalista sobre este tipo de gobiernos, no es creíble que la población siga apoyando a estos gobiernos cuando sean atacados por el sistema capitalista y empeoren sus condiciones de vida, ya que se responsabiliza al gobierno de estos ataques y no al sistema capitalista; y definitivamente, esto da lugar a pensar que la población no ha tomado conciencia real de la situación. Y como resultado, tarde o temprano, vuelve la derecha, que es lo que ha acabado pasando con la mayoría de países en los que un gobierno comunista ha alcanzado el poder.

Esto es también reflejo de lo que ocurre con la psiquiatría paternalista, la cual es la única rama de la medicina que se cree con potestad para tratar «pacientes» incluso sin su consentimiento informado (ya que supuestamente son un peligro para el resto de la sociedad), al tiempo que sesga la información que da (si la da) no incluyendo la problemática social que origina ese sufrimiento psíquico. Así, de la misma forma que ocurre cuando se vota a un gobierno, las personas que sufren psíquicamente por vivir en una sociedad demente, confían su suerte al paternalismo psiquiátrico y científico, no se informan sobre otras alternativas y toman su droga. Droga que no se limita a la recetada sino también la droga de la obediencia a la autoridad científica que es mucho más importante. Nuestro deber como profesionales de la salud no es imponer un diagnóstico y un tratamiento a estas personas, sino informarlas y que estas tomen sus propias decisiones, ya que son ellas las que mejor conocen su entorno social, que puede ser mejorable o puede no serlo, y no nos corresponde a nosotros decidirlo. Es por ello que el objetivo del antipsiquiatra debe ser atacar al sistema jerárquico de la psiquiatría, y no dirigirse a la persona que sufre imponiéndole qué debe tomar o que no, y cual debe ser su vía para resolver sus problemas.

## Modos de adaptación a la alienación

Tras el necesario análisis del concepto de demencia social, conviene valorar los 5 mecanismos de adaptación dinámica a la alienación social (o demencia social), los cuales son: las racionalizaciones irracionales, la negación de las persecuciones reales, la búsqueda de chivos expiatorios, la ilusión de alternativas y la conformidad automática. Antes de empezar con ello dejaremos claro que esta parte del artículo está inspirada en el libro «Escritos psicológicos de un educador social» de Josep Alfons Arnau, cuya lectura recomendamos si se quiere profundizar en esta temática.

### *Racionalizaciones irracionales:*

Se definen como la construcción aparentemente lógica de una persona para explicar las causas de algunas de sus acciones o ideas cuando en realidad las motivaciones reales que desencadenan tales acciones o pensamientos, son otras. Según el psicoanálisis (corriente tradicional de la psicología), la persona que construye una racionalización irracional desconoce la verdadera motivación que le dio origen a esta. Estas motivaciones serían inconscientes, y su acceso consciente estaría reprimido (por ejemplo, porque entra en conflicto con el yo moral de la persona o superyo, si se prefiere).

Como ejemplo de racionalización irracional nos vale con las justificaciones construidas por empresarios para explotar a sus trabajadores. La motivación real es el dinero, el beneficio económico, el querer vivir del trabajo de otros y adquirir poder y privilegios. Sin embargo, con el fin de acallar su mala conciencia se construyen todo tipo de racionalizaciones irracionales que son principalmente el endiosamiento de la libertad individual por encima de la colectiva o de la ética, la creencia de que la competitividad supone una suerte de estímulo para la evolución de la especie humana o autoconvencerse de que hacer mucho esfuerzo por conseguir explotar y subordinar a sus trabajadores hace que eso sea ético y correcto. Llegando en este caso (y también respecto a otras opresiones) a construirse todo un aparato ideológico para justificar lo injustificable.

En realidad, aquí no actúa ningún inconsciente (como afirma el psicoanálisis) ya que en principio sí se percibe la acción o pensamiento como éticamente incorrecta. En nuestro ejemplo, el empresario sí se

percata en un primer momento de que no es correcto bajar el salario o despedir trabajadores para la obtención de un mayor beneficio. Realmente la justificación es posterior a esa disonancia cognitiva, y por tanto, la negación de la realidad que tiene lugar, la construcción de esa racionalización irracional es ejecutada por el yo consciente y no por el inconsciente.

La racionalización irracional es patológica porque no elimina la existencia de esas motivaciones reales inconfesables, ni el daño provocado por las acciones tomadas, ni el malestar consigue mismo. Si bien este malestar es aplacado momentáneamente, al final siempre acaba rebrotando si no se llega a la raíz. Y dichos rebrotes de malestar no abordado obligan a la creación de nuevas y más complicadas racionalizaciones irracionales que mejoren y/o apuntalen las viejas. Esta espiral produce cada vez más y más separación de lo real (es esquizogénica), más y más separación de uno mismo (demencia) y también cada vez más contradicción entre motivos pretendidos y reales conduciendo a un doble pensar de desacuerdo con uno mismo (neurosis).

### *Negación de las persecuciones reales:*

El término paranoia es un concepto psiquiátrico: el sentimiento por parte de una persona de la existencia de una persecución que no existe para la mayoría.

La psiquiatría convencional sitúa el problema de la «paranoia» en una etiología (causa fisiológica) de descompensación neuroquímica cerebral que nunca ha sido demostrada; mientras que la psiquiatría psicoanalítica lo hace únicamente en un conflicto intrapsíquico del individuo debido a un sentimiento interno inconsciente de persecución (lo cual ha intentado en el pasado deslizar hacia la patologización de la homo/pansexualidad y asexualidad).

Según la antipsiquiatría, la propia definición académica de paranoia es de por sí problemática, ya que el hecho de que una mayoría niegue la existencia de una persecución, no hace que esta sea inventada, pues la mayoría puede equivocarse tanto como la minoría. Si la psiquiatría cataloga sistemáticamente, en su propia forma de analizar, a la mayoría como criterio de verdad para la definición de síntomas y enfermedad, esta se convierte directamente en opinión, y no en ciencia y conocimiento riguroso como se pretende. La tendencia a normativizar a la

sociedad demente, y tomarla como criterio de verdad, convierte por extensión a la psiquiatría en demencia.

Por otro lado, si paranoia se refiere a la sensación de un individuo de ser perseguido, no sería un exceso de simplificación afirmar que la paranoia tiene relación con el sentimiento de que no se puede confiar en la gente, de que no se puede confiar en nadie y en nada, las cuales son ideas ampliamente extendidas en la sociedad occidental. En efecto, vivimos en un sistema social que basa sus relaciones en el desencuentro (alienación) y muy concretamente en el valor de la competencia; un sistema en el que de hecho, no se confía en los demás, ya que son experimentados como posibles competidores y enemigos, y al mismo tiempo ellos nos experimentan también a nosotros de ese modo; tal sistema no puede sino inducir a la paranoia (en especial a aquellas personas más perceptivas e inteligentes y que, debido al paternalismo de la psiquiatría y a la fuerza del sistema capitalista para convencer de sus propios valores, no encuentran salida lógica a un sentimiento bien direccionado). Al mismo tiempo, no solo se trata de un sistema competitivo, sino también enfocado en el control social (presencia policial, videocámaras en las calles, registros personales informáticos de fácil acceso, el acceso de las páginas web a las cookies, satélites de vigilancia que controlan y mapean conversaciones privadas...) de modo que la inducción a la paranoia cobra mayor intensidad.

Además, tal y como se explica más detalladamente en el texto sobre desempoderamiento científico de este mismo libro, es constante el engaño y la mentira también en los entornos académicos occidentales, donde la ciencia ha sustituido a la religión, y en muchas ocasiones simplifica las observaciones, ignorando los eventos experimentales minoritarios, o mediante otros procesos de manipulación de la investigación, llevados a cabo por los investigadores para hacer cuadrar su recogida de «datos objetivos» con sus conclusiones previas. Es más importante y más conveniente para los investigadores el no equivocarse, que el acercarse a la verdad, ya que estando inmersos en un sistema en el que si no produces te marginan, el error no se perdona, cuando realmente como suele decir la cultura popular, equivocarse es de sabios. Es imprescindible equivocarse, ya que como explicó Karl Popper al introducir el falsacionismo, la equivocación es el modo de avanzar de la ciencia. El rechazo del sistema académico a

la equivocación es, por tanto, rechazar el propio método científico. Es por ello que observamos constantemente la aparición de estudios contradictorios entre sí, que contradicen a la lógica o que luego se demuestran falsos con consecuencias graves (sobre todo en el ámbito médico y medioambiental). Y así, la desconfianza hacia los demás se extiende hasta la propia experimentación y el propio conocimiento (no se puede confiar en nada) agrandando la paranoia social.

Para adaptarse a este sistema mentiroso, competitivo, controlador y nihilista, y por tanto realmente perseguidor, no hay más remedio para la supervivencia del individuo que negar esa persecución real, forzando (o intentándolo) un cambio mental para experimentar una situación persecutoria real como inexistente. Además, la consecución de esta adaptación por parte de la mayoría de individuos a esta sociedad perseguidora, les convierte en perpetuadores y participantes de dicha persecución sin ni siquiera ser conscientes de su rol. Con lo cual, la persecución real se potencia y el mecanismo de negación se dificulta, y la paranoia pasa a ser altamente probable. A consecuencia de esto, las personas que no se adaptan a esta negación (sobre todo por exceso de presión del mismo marco que la persigue y/o por características individuales neurodiversas), y no tienen la información suficiente y necesaria para cuestionar al sistema, tenderán a buscar otro objeto diferente de la persecución real para satisfacer su necesidad de conocer a sus perseguidores.

Según David Cooper, la paranoia entonces iría en la dirección adecuada, puesto que no niega la persecución real; pero dicha persona «confundirá el objeto» (se confundirá de perseguidor). Lo cual es necesario matizar diciendo que más bien «imagina el objeto» pues habría que poner en valor esa capacidad imaginativa, y al mismo tiempo la capacidad de percibir o sentir esa persecución real, lo cual es una cualidad positiva, y no negativa como ha afirmado la antipsiquiatría históricamente. Una capacidad que hace a estas personas neurodiversas, víctimas de un sistema de opresión y no (únicamente al menos) un resultado de este. En cualquier caso, la imaginación del objeto perseguidor es inducida porque el real (el sistema y sus instituciones) no permite en modo alguno ser puesto en cuestión (además de los factores alienantes). La propuesta entonces de la antipsiquiatría habría de ser que la paranoia está en la base del propio sistema y que, al mismo tiempo, son las personas neurodiversas

las víctimas de ello. Y es importante cuidar el lenguaje y apreciar todos los matices, también los matices individuales y no solamente los sociales, pues apreciando únicamente uno de los posibles factores contruibuimos a la estigmatización de las personas neurodiversas. Al no reconocer sus diferencias positivas respecto a la población neurotípica se sigue que, o bien son más sensibles al sistema (contribuyendo al estigma), o tienen una situación social especialmente opresora, lo cual no se corresponde con las experiencias de muchas personas neurodivergentes. Además, desde el punto de vista de la antipsiquiatra, es necesario conocer en profundidad las particularidades de cada tipo de neurodivergencia para saber como prestar mejor ayuda, y no como ocurre demasiadas veces: que la persona neurodivergente al interesarse por la antipsiquiatría y ver estas formas de expresión y valoración, se alejan de ella por no entender sus diferencias como positivas o sus distintas necesidades.

#### *La búsqueda de chivos expiatorios:*

Es un fenómeno social de adaptación al sistema, que toma diversas formas individuales o colectivas. Consiste en focalizar el malestar que producen las relaciones de hostilidad y desencuentro (convirtiendo ese malestar en odio y agresión) hacia personas o grupos sociales indefensos o en situación de debilidad. Su función emocional es actuar como válvula de escape ante las situaciones de ansiedad y conflicto producidas por el marco social. Además, genera un beneficio para el sistema ya que fusiona grupalmente a la sociedad contra un enemigo artificial, y desvía la atención de sí mismo. Estos enemigos suelen ser comunistas, anarquistas, árabes, delincuentes, emigrantes, loques, mujeres, feministas y adolescentes y niños rebeldes. En definitiva, colectivos minoritarios o marginados que son fáciles de atacar o colectivos que luchan por cambiar las cosas.

El mecanismo de la búsqueda de chivos expiatorios es piramidal, y se da también diariamente y de formas individuales (el rango superior en una empresa que desprecia y grita al inferior, estos que hacen lo propio con el trabajador, el trabajador que maltrata y desprecia a su mujer y su hijo, el hijo que descarga su frustración contra su hermana pequeña), cierto es que todos tenemos tendencia a participar en la búsqueda para adaptarnos al sistema y al mismo tiempo todos podemos ser chivos expiatorios, pero es importante distinguir quién está

en la base y quién en el vértice de la pirámide, puesto que el último es quien recibe más daño, no puede devolverlo más que enfrentando al propio sistema, y por ello es masacrado y enloquecido. Según lo expresaba el subcomandante Marcos: «Dime cuán grande y poderoso es el enemigo contra el que luchas y te diré cuán grande eres tú; dime cuán pequeño es y te diré cuán grande es tu miedo».

#### *La ilusión de alternativas:*

Este concepto parte de otro que es el **doble vínculo**. Doble vínculo es una forma de comunicación que aparece en las relaciones de poder unilaterales, en la cual se genera (por parte de quienes ejercen el poder en tal relación) un tipo de comunicación cuya estructura presenta una autorreferencia de criterio de verdad, provocando una situación sin opciones para el receptor. Por ejemplo, es muy usado por los neidres para mantener el poder en la familia con afirmaciones del estilo «si te portas así y me haces estas cosas es porque no te das cuenta del daño que me haces, o porque no me quieres» dando lugar a una situación sin escapatoria para el receptor. También es usado en comunicaciones masivas por parte del sistema, el máximo exponente de esto es el bipartidismo: «O votas a la izquierda o estás con la derecha» generado la falsa ilusión de que los partidos de izquierdas son alternativa al sistema, y además la única alternativa cabal y posible ya que el resto de movimientos políticos son tachados de locura.

Esta forma de comunicación es enfermiza, contraria al pensamiento crítico, y portadora de la doctrina Goebbels: «Repite una mentira mil veces y la convertirás en verdad». Según Bateson y colaboradores, el uso excesivo de estas formas de comunicación, generan deficiencias a la hora de aplicar la lógica comunicativa y argumentativa; y la parte problemática de este tipo de comunicación se encontraría en los emisores y su mensaje, y no en los receptores. Menos aún, en los receptores que tratan de escapar de estas falsas dicotomías, que muchas veces, al no encontrar alternativas, pueden expresarse con lenguajes considerados patológicos. Por ejemplo, las personas autistas, que somos personas con un pensamiento lógico y riguroso altamente estructurado, que no temen defender sus propias ideas aunque nadie las secunde y que además dedican mucho tiempo a pensar sobre sí mismas y sus propias convicciones, resultan ser entonces personas muy difíciles de enga-



ñar, que además, ante la irracionalidad y demencia social imperante, pueden tender a tener más ansiedad y depresión; o a encontrar una explicación diferente del mundo en su propia imaginación (lo que se viene a llamar esquizofrenia) ante la oferta de alternativas que sabemos falsas, y el ocultamiento/desprecio hacia otras ideologías que plantean alternativa seria.

Así pues, aquí una vez más se encuentran las personas que piensan de forma distinta y/o su mente funciona de forma diferente (neurodiversas) en el punto de mira del sistema. Tachades de loques y deficientes cuando no son capaces de encontrar salida a este. Es por ello que es muy importante escuchar a las personas neurodiversas, pues el modo de ver la realidad es distinto y por ello sufren, y no son simplemente producto de la sociedad enferma sino que son precisamente aquellas personas incapaces de adaptarse a la demencia social, y por ello personas a las que tener a nuestro lado para la lucha. Este hecho tiene relación con el siguiente concepto a tratar.

#### *La conformidad automática:*

Concepto aportado por Erich Fromm a quien citamos: *“El individuo deja de ser él mismo; adopta por completo el tipo de personalidad que le proporcionan las pautas culturales, y por tanto, se transforma en un ser exactamente igual a todo el mundo, tal como los demás esperan que sea. La discrepancia entre el «yo» y el mundo desaparece, y con ella el miedo consciente a la soledad”*. La adaptación (conformidad) a una sociedad demente (y no su contrario como afirma la psiquiatría/psicología) es patológica, ya que ni siquiera desaparece el sentimiento de soledad sino que se sustituye por otro que ha venido a llamarse «soledad de la muchedumbre». Así pues, dado que procede de una adaptación a la sociedad, ha de considerarse EN PARTE a la neuronormatividad como una construcción social, y no como modelo de lo sano. Una sociedad demente jamás puede ser estándar de salud. Y sea o no este el caso (aunque razones bastantes hemos dado para entender que puede ser así), la psiquiatría/psicología ni siquiera contemplan estas posibilidades ya que se centran en el análisis individualizado de síntomas ignorando el marco social. En cualquier caso, a esta conformidad automática, Victoria Sau suma lo que Seligman llamó «indefensión aprendida» que viene a ser algo muy similar a lo que otros denominan «neurosis de fracaso».

Indefensión aprendida explicada de otra manera es el pesimismo a la hora de alcanzar objetivos en la lucha social, pensamiento que está muy extendido en la población, y que genera un sentimiento de impotencia y pasividad ante la hostilidad del sistema social occidental. Cabe destacar que también está relacionada con las comunicaciones de doble vínculo (no se ven opciones) y con la oferta limitada de alternativas que ofrece el sistema, de lo cual se sigue que hemos de ser nosotros, les activistas, anarquistas y/o defensores de la acción directa, quienes nos dirijamos específicamente a las personas neurodivergentes para proporcionarles alternativas verdaderas, ya que esto es trascendental para su (nuestra) salud mental, sin que se entienda por ello que hemos de interferir en su toma de decisiones.

#### El error de la normatividad como criterio de verdad

En conclusión, tanto la psicología como la psiquiatría fallan al plantear el problema al no introducir la variable social, ya que si esto no se hace, se analiza la salud conforme a las construcciones sociales del momento, normativizando y considerando sanas todas las actitudes y pensamientos (por perjudiciales que en realidad sean) que en un momento histórico dado sean normativas (por ejemplo, con el uso de herramientas como la campana de Gauss para discernir lo patológico de lo sano). A esto se añade que en un sistema de opresiones complejo como el actual, esto beneficiará a la clase dominante en oposición de los intereses de los oprimidos. Al mismo tiempo, el estudio de la etiología (causa) fisiológica de la llamada enfermedad mental que propone la biopsiquiatría también queda vacío sin un análisis social, ya que como se sabe, las situaciones sociales generan cambios mentales y neurológicos (por ejemplo, ansiedad, depresión, ira, euforia, etc.), y es posible que esas «alteraciones» fisiológicas estén originadas por dichas situaciones, con lo cual, a priori no puede saberse si los sucesos fisiológicos que puedan encontrarse anteceden o preceden a la situación social concreta del individuo. Es decir, si la etiología es realmente una etiología social, no puede analizarse desde un punto de vista psicoanalítico (interpretaciones de los patrones psíquicos) ni desde un punto de vista fisiológico exclusivamente como pretenden hacer la psiquiatría y gran parte de la psicología.

Las campanas de Gauss son supuestamente una forma de analizar cuál es el grado de una característica de la población que es más normativo, y están vacías de contenido sino se hace un análisis sociológico. La psicología y la psiquiatría tienden a hacer este tipo de valoraciones sesgadas, dónde se da por hecho que la sociedad normativa (con sus valores e ideologías) es la correcta, mientras que la parte de la sociedad que es diferente (disidente) resulta siempre patológica, lo cual no es más que una extensión de la típica falacia «si mucha gente piensa algo o hace algo, es que ese algo está bien».

Un ejemplo muy claro de esto se ha venido a dar últimamente contra personas veganas/vegetarianas. Están siendo clasificadas como padecientes de una enfermedad llamada ortorexia. Diferentes profesionales de la salud han sostenido esta idea, patologizando lo que en realidad es una idea política. Pondremos varias citas que servirán para ilustrar este hecho:

- Amparo Belloch y Conxa Perpiñá: “(Los pacientes de ortorexia y TCA) tienen un patrón cognitivo que cuadra con el trastorno de personalidad obsesivo compulsivo: perfeccionismo, pensamiento rígido, excesiva entrega, hipermoralidad, y preocupación con los detalles y las reglas (Brutek-Matera *et al.*, 2012). En ambos casos los pacientes están orientados al logro, valorando la rigidez del cumplimiento de sus dietas como una señal de autodisciplina. La necesidad de control, elemento que se ha destacado en la génesis de la patología alimentaria (Fairburn *et al.*, 1999; Polivy y Herman, 2002; Surgenor *et al.*, 2002), también se observa en la ortorexia”.

- Andrea Gil (nutricionista): “Las principales opciones alimentarias que son susceptibles de desembocar en ortorexia son el veganismo y la alimentación macrobiótica. Estas se engloban dentro de una filosofía de vida y se prestan a que la persona piense que si consigue llevar la dieta ideal todo irá bien”.

- Juana Poulisis, psiquiatra y autora del libro *Los nuevos trastornos alimentarios*: “Es un trastorno poco conocido. Comienza como un inocente intento por mejorar la calidad de la alimentación, pero con el tiempo aparecen las obsesiones sobre qué se debe comer y qué está totalmente prohibido”.

- Fundación La Casita: “Tenemos un montón de pacientes que vienen con la idea de que son veganas o vegetarianas, pero te vas dando

cuenta de que es más un trastorno alimentario encubierto que una filosofía de vida por la poca flexibilidad que tienen”.

De esta forma, quedan las personas veganas/vegetarianas patologizadas como padecientes de un tipo de TCA (trastorno de conducta alimentaria), con las razones de que son poco asertivas (que es la forma refinada de catalogar de síntoma a aquellas personas con convicciones éticas y que se atreven a defenderlas), poco empáticas (por no inclinarse y ceder ante opiniones normativas, molestando al resto de la sociedad), perfeccionismo y obsesión (por no querer matar a ningún animal ni contruibuir económicamente a ello) e hipermoralidad (pues lo habitual en la población general es el egoísmo). Es decir, se toma como referencia de verdad aquello que mayoritariamente piensa o hace la sociedad, mientras que el resto de comportamientos y acciones han de ser patologizados y tratados. Convirtiéndose así, la supuesta ciencia psiquiátrica, en herramienta de control social, de homogeneización forzada del pensamiento y de estigmatización a quienes no proceden a ello; con el agravante de estar erigida como autoridad del conocimiento humano.

Otro ejemplo de esto es el del autismo, que teóricamente ha llegado a asociarse a niveles altos de testosterona con supuestos síntomas como la falta de empatía o egoísmo (posteriormente esto se ha demostrado falso, no es una falta de empatía sino un exceso de la misma), así como, el perfeccionismo, la introversión, el pensamiento rígido (que en realidad es pensamiento riguroso que no acepta las convenciones sociales como se dijo antes) y la agresividad. Esta teoría parte de prejuicios sexistas, ya que se toma a estas características como propias de la masculinidad y por ello se les atribuye a las personas autistas un exceso de testosterona. Además, patologiza como agresividad lo que en realidad son reivindicaciones que piden respeto para sus necesidades diferentes. De esta manera, aquellas personas asignadas hombres al nacer suelen ser diagnosticadas de autismo, mientras que las personas asignadas mujeres al nacer que son autistas están infradiagnosticadas, o bien, se las «diagnostica» erróneamente de histeria, obsesión y trastorno de la personalidad límite y no se valora la posibilidad de que puedan ser autistas. Aquí se construye otra supuesta normalidad sobre el género que en realidad está basada en prejuicios sexistas procedentes de la sociedad



cisheteropatriarcal. Estas homogeneizaciones también han de ser revisadas ya que obvian el marco social en el que vivimos.

## La ciencia simplista frente a la realidad compleja de la mente humana

Al establecer estas bases, ignorando datos relevantes como el marco social, la psicología tiende a la simplificación en lugar de a la complejidad, tiende a la creación de disciplinas simples, que no analizan la realidad multidimensional de la mente humana, sino que solo se centran en una dimensión concreta de la misma: la fisiología cerebral (biopsicología), las relaciones humanas circunscritas a la familia (psicología sistémica), los procesos mentales (cognitivismo), las conductas (psicología conductual), el ya mentado psicoanálisis, etc. Todas estas disciplinas tienen, por tanto, objetos de estudio distintos, paradigmas distintos, los cuales nunca son puestos en duda, pues ya existen otras escuelas con otros paradigmas. Este carácter multiparadigmático de la psicología es reflejo de una realidad compleja que se pretende simplificar, lo cual es contrario al concepto de ciencia mismo y no se da en otras ciencias (no hay varios paradigmas en otras ciencias). Con lo cual, o la psicología es una ciencia muy especial en sí misma, o en realidad no es ciencia. Mientras que la psiquiatría, ignora aún más el resto de dimensiones humanas.

Sobre los caracteres, las fragmentaciones que se estudian en ciencia, separando al objeto de investigación de su entorno, de su contexto (como se expone mejor en el artículo sobre desempoderamiento científico) puede considerarse a la psiquiatría y gran parte de la psicología como ejemplos de la peligrosidad de este hecho. Las llamadas ciencias de la enfermedad mental, en su afán de investigar y de producir nuevos fármacos nunca se cuestionan sus propios paradigmas, ya que esto no es productivo a nivel de mercado. Los análisis más profundos de la llamada «enfermedad mental» no convienen al sistema, ya que no pueden dar lugar a nuevos fármacos (supuestamente más eficaces) que patentar, que comercializar y con los que enriquecerse; y además, con la participación activa del gobierno, el cual muchas veces los financia y/o compra con la excusa del bien común que en realidad esconde intereses económicos, a modo de intercambio de favores, con la clase

alta de la que forman parte aquellos enriquecidos con la industria farmacéutica, configurando así una alianza empresa-gobierno que también aparece en otros ámbitos.

Además, estas investigaciones suelen centrarse en la mejoría de los supuestos síntomas de la «enfermedad». Síntomas que como ya hemos expuesto antes, distan mucho de poder considerarse como tal si lo apreciamos desde un punto de vista social y más profundo, ya que la mente humana y su relación con la sociedad capitalista y autoritaria son complejas. Sin embargo, conviene en primer lugar, separar a la mente humana «enferma» de su contexto social, y en segundo lugar, separar a esta mente en síntomas para así alcanzar una visión simplista de las neurodivergencias que el sistema pueda absorber y explotar. Se trata de graduar un síntoma, pongamos por ejemplo la agresividad, y valorarlo de forma aislada del resto de la psique de la persona neurodivergente, deshumanizándola, con el fin de que otras valoraciones más profunda y necesarias no entorpezcan la salida y producción de nuevos fármacos que «mejoren» ese síntoma o conjunto de ellos. En nuestro ejemplo, una persona puede resultar agresiva por razón de haber sufrido y/o seguir sufriendo maltrato, agresiones y opresiones por parte de su entorno social, mientras que la psiquiatría, debido a su modo de proceder subordinado al sistema capitalista, patologiza y cataloga a esta persona (en este caso) como sufridora de un trastorno de control de impulsos. No interesan las razones por las cuales esta persona pueda resultar agresiva, eso no se investiga, ya que no es interesante para producir nuevos fármacos y comercializarlos, y por tanto, este tipo de estudios no encuentran financiación. Lo que interesa es fragmentar a la persona neurodivergente en síntomas, deshumanizarla, patologizarla por salirse de la normatividad para así justificar la toma de drogas psiquiátricas, con el beneficio colateral de que tampoco causará problemas si está drogada.

## El movimiento social desde la locura

Vivimos en la sociedad del espectáculo, o dicho de otro modo, en la sociedad de la hipocresía, razón por la cual aquellas personas que se sientan incómodas en ella y no puedan adaptarse, hasta el punto de ser llevadas a la «locura», son aquellas personas más receptivas en

relación a los mecanismos de opresión cotidianos. Las que muestran mayor rechazo y sensibilidad a las relaciones de poder unilaterales que ocurren en el día a día, y al mismo tiempo, las que las sufren con mayor angustia, colocándolas además en situación de vulnerabilidad y de necesitar ayuda, es por ello que las personas neurodiversas (en general) son especialmente apropiadas para la rebeldía y el cambio individual y social si tienen a su alcance la información alternativa necesaria para ello. Ya que desde la cotidianidad, desde el cambio en las actitudes opresivas diarias que las personas neurodivergentes sufren y perciben más, por no adaptarse a la norma, se remueven las conciencias. Siempre desde abajo ya que como se suele decir el cambio empieza en el interior. Por eso hay que escucharlas y ayudarlas.

Sin embargo, muchas veces la antipsiquiatría no es distinta en análisis y valoración a la psiquiatría y a la psicología. En concreto, en lo que se refiere a su propio paradigma (la sociedad como la causa de la enfermedad mental). Ya que ve a las personas neurodivergentes únicamente como sufrientes de su entorno social, ignorando las dimensiones individuales, las diferencias positivas y en definitiva la diversidad de las distintas mentes humanas.

La psiquiatría le dice a sus «enfermos»: «No te preocupes, estás enfermo y loco pero consumiendo drogas se solucionará. Consume drogas». En cambio, la antipsiquiatría viene a decirles demasiado a menudo: «Precúpate de tu entorno, de tus problemas vitales y sociales, y deja de drogarte». Ambos discursos lanzados desde una posición vertical, autoritaria, de quién cree saber sobre el sufrimiento psíquico más que las personas afectadas en cuestión. Generando en las personas neurodiversas a las que queremos ayudar, la misma desconfianza y rechazo que la psiquiatría más paternalista. Mucho se ha escrito sobre antipsiquiatría, grandes discursos y análisis en muchos casos acertados y visionarios, que sin embargo han carecido demasiado frecuentemente de humildad. Vocación de llevar la razón y de destruir la hegemonía discursiva de la psiquiatría pero poco esfuerzo a la hora de construir alternativas partiendo de esta crítica.

En lugar de construir conocimiento práctico popular y autogestionado, mediante la necesaria formación de colectivos de gente neurodiversa, y la puesta en común de experiencias, poniendo en práctica las teorías antipsiquiátricas; lo que tiende a hacerse es golpear a las personas neu-

rodiversas con paternalismo intelectual: «El sistema te está oprimiendo», «deja de drogarte y toma conciencia». Al tiempo que les vemos sufriendo, siendo oprimidos por sus diferencias, drogados, patologizados, vigilados y sufriendo daños a su autoestima hasta suicidarse, nosotros les gritamos «¡Educaos!» en lugar de ayudarles. Como diría Bakunin, primero emancipémosles, y luego se educarán solos.

Apoyemos sus manifestaciones, promovamos la creación de colectivos para ellos, creemos comunidad, solidaridad y cultura, en definitiva, aportemos horizontalmente los conocimientos antipsiquiátricos. Juzgar y condenar a personas neurodivergentes, que sufren por la normatividad impuesta, y que muchas veces necesitan fármacos, no para evadirse sino para sobrevivir, es inhumano y muestra de un desconocimiento y falta de empatía vergonzosos. En cambio, construir con ellos, horizontalmente, colectivos y herramientas, conocimientos y afecto, es mucho más fundamental. Se tiende a creer, desde la antipsiquiatría, que el colectivo neurodiverso es consecuencia de la sociedad opresiva, cuando realmente es al contrario, es la sociedad, la cultura de masas abocada a la normatividad, la que discrimina y no valora la positividad de la diferencia. Por ello, atribuir estas neurodivergencias enriquecedoras a la opresión social, es igualmente una tendencia a normativizar la sociedad, ignorando la diferencia; y de facto, posicionándolos en contra de la antipsiquiatría, por negar sus realidades y experiencias. Ha de comprenderse que, aunque las manifestaciones catalogadas como locuras son principalmente inducidas por la sociedad, esta opresión se dirige de forma concreta a personas que son diferentes y que tienen unas cualidades y necesidades distintas a la mayoría, y es necesario apoyar su lucha, ayudándoles a construir una alternativa válida para ellos, y no solo señalándoles las deficiencias del sistema, que muchos de ellos bien conocen ya. Ayudar a construir y no solo a destruir, ya que se necesitan organizar las alternativas, y no solo es necesario la toma de conciencia.

Hemos de comprender que el ser humano es complejo, y por ello, las opresiones que genera socialmente también lo son, aunque bien sean opresiones dirigidas por el sistema, la persona que las sufre es más compleja y no puede catalogarse solamente como sufridora de tal opresión neurotípica, sino que es más que eso. Somos personas diferentes y reivindicamos nuestra diferencia como algo positivo que

es subyugado, y no solamente como algo negativo creado por la sociedad. Las personas esquizofrénicas son imaginativas y ocurentes, las personas autistas somos profundas, introspectivas, analíticas e inteligentes, las personas con depresión, ansiedad y neurosis somos personas empáticas y perceptivas, las personas bipolares y maniáticas somos perfeccionistas y ordenadas, y en general, las personas neurodiversas somos diferentes y válidas. Pero no solamente válidas sino necesarias para la sociedad ya que aportamos visiones innovadoras, diferentes y fuera de la norma del sistema. Personas que históricamente hemos sido gran parte del germen de los avances de la sociedad porque pensamos de modos diferentes y alternativos.

Ante la opresión neurotípica del sistema, no solo reivindicamos su destrucción, sino que reivindicamos nuestra existencia y entendemos el orgullo hacia nuestra diferencia como resistencia. No nos adaptamos al sistema porque el sistema está hecho (interesadamente) para tratar de anular a las personas que lo perciben tal y como es. Y el sistema nos persigue, nos cataloga como loques, nos patologiza e intenta drogarnos y matarnos para que no lo contemos, invalidándonos como enfermes con el fin de evadir nuestra crítica y oprimir nuestra rebeldía.

Al igual que la propuesta sobre género del cuerpo en relación en el artículo que se dedica a ello, nuestra alternativa para la lucha contra la neuronormatividad es la construcción, no solo hablar de construcciones sociales que oprimen (como hace el feminismo radical con el género) sino observar y valorar positivamente la diversidad, fomentarla y empezar a darle cabida en nuestros espacios. Creemos que la solución no es solamente la abolición de las construcciones sociales referentes a la neuronormatividad sino también construir alrededor de la neurodivergencia, visibilizarla y diversificarla de modo que así sea imposible de absorber para el sistema.

## El cuerpo en relación: desempoderamiento, ilusionismo social y culturas populares

Javier Encina y Ainhoa Ezeiza

Libre te quiero  
como arroyo que brinca  
de peña en peña,  
pero no mía.

Grande te quiero  
como monte preñado  
de primavera,  
pero no mía.

Buena te quiero  
como pan que no sabe  
su masa buena,  
pero no mía.

Alta te quiero  
como chopo que al cielo  
se despereza,  
pero no mía.

Blanca te quiero  
como flor de azahares  
sobre la tierra,  
pero no mía.  
Pero no mía  
ni de Dios ni de nadie  
ni tuya siquiera.

Agustín García Calvo  
*Canciones y soliloquios, 1976.*