

Entrevista a Joan Corbella, psiquiatre

## “No tenim gaire cosa a fer-hi, amb els sentiments”

Joan Corbella és psiquiatre i prou conegut per le seves aparicions a TV3 i pels seus llibre. Els dos últims –*Por del silenci* i *Viure en parella*– es troben en la llista dels més venuts.



“De la cosa de què tenim més por és de ser”.

JORDI MOREIRA

**D**os dels seus llibres són *Viure sense por* i *Por del silenci*. ¿Hi ha moltes pors en la societat d'avui?

—De fet, era un sol llibre, que s'ha publicat en dues parts. *La por del silenci*, la podríem resumir amb la por de ser nosaltres mateixos i es titula així perquè quan queda en silenci és quan la persona es pot trobar amb ella mateixa. I a *Viure sense por* s'expliquen les pors externes: de la pobresa, del fracàs sentimental, etc.

—¿Per què té por avui la gent?

—La persona té moltes pors, però aspira a més seguretat. Fa cent anys la vida era molt menys segura que no pas ara. Avui tenim tendència a assegurar-ho tot molt més, tendim a eliminar els riscos. Però com que no els podem eliminar tots, n'estem més pendents.

—¿El progrés, doncs, dona més mit-

jans a l'individu, però el fa més vulnerable si fallen aquests mitjans?

—Sí. És gairebé inevitable. Com més coses tenim, més en desitgem.

—¿Estem en un món més comunicat, però, a la vegada, més aïllat?

—Tot és més proper. Però fins i tot professionalitzem coses que serien tan senzilles com l'amistat. De vegades sopem amb uns amics perquè ens pot ser útil. La vida de relació no ha estat mai gaire fàcil. De totes maneres, jo no pensaria que els temps actuals siguin pitjors. Hi ha persones que saben gaudir del que tenen i n'hi ha que com més tenen més volen.

—En un dels seus llibres parla de l'home “allunyat de la pròpia realitat personal”. ¿S'aïlla un fins i tot de si mateix?

—De la cosa de què tenim més por és de ser. Un pensa que és més metge o polític

o escriptor que persona. I llavors la despersonalització és absoluta. Hi ha gent que no sap gaudir de les vacances, perquè quan deixa de fer es queda descol·locat.

—Les solucions d'aquests problemes són tenir més diàleg, veure les coses de forma diferent. ¿Però tot això es pot canviar?

—Crec que aquest llibre fa reflexionar sobre la realitat personal. L'autor pretén fer una reflexió de la pràctica quotidiana. Si et passes el dia recomanant a matrimonis que hi hagi més diàleg o a gent que no doni importància a les coses, que es valori ella mateixa, després ho escrius perquè arribi a tothom. Saps que això no és fàcil, però tenir-ho present ajuda. La persona, si s'ho proposa, pot canviar una mica. Un mateix dia agafat amb aspecte positiu pot ser venturós i, amb esperit negatiu, pot ser



"Penso que el gran fracàs de la parella és que s'ha perdut la necessitat de conquesta".

JORDI MORERA

menys aprofitable. En la mesura que s'hi pot incidir, val la pena de fer-ho. Però no es pretén canviar la manera de ser de les persones.

—*La gent es fixa avui en uns models de gent famosa, per assemblar-s'hi?*

—No crec que la gent s'hi vulgui assemblar. La gent és conscient que no serà mai campió olímpic d'atletisme i, en tot cas, quan sap les hores d'entrenament i el sacrifici que ha costat, no s'hi apunta. Sempre hi ha unes activitats que tenen dimensió pública i són miralls en què les persones es miren per a bo i per a dolent. Però el bonic és que els models són molt diversos. L'antiheroi, l'automarginat, el que s'integra, el messiànic, el que es pren la vida en broma. Pots agafar coses de tots.

—*No es tendeix a una uniformització?*

—Es tendeix a una uniformització formal, però progressivament l'individu, en la seva privàcia i escala de valors, manté la diversificació. La gent llegeix llibres diferents, mira canals de televisió diferents. Les persones no som tan uniformes com es pot pensar, encara que fem coses similars. Semblem molt iguals, però el que passa per dins de cadascun és diferent.

—*Manca tendresa en la parella d'avui?*

—Penso que el gran fracàs de la parella és que s'ha perdut la necessitat de conquesta. Quan l'home i la dona es donaven el sí, semblava que la felicitat els era garantida. I això és absolutament fals. La seducció forma part de la primera fase d'una relació afectiva. Si es va regant com una planta, anirà creixent i podrà donar felicitat. Si es considera que pel sol fet d'estimar-se, a partir de llavors ja no se

n'han de preocupar més, un dia s'ho passaran malament o cauran en la rutina. I si hi ha seducció permanent, tendresa, no es talla la passió, la parella és una font de riquesa.

—*La conquesta ha de ser, doncs, contínua?*

—La seducció és un fenomen permanent. Si no ets capaç de mantenir seduïda la persona que tens al costat, equival a deixar-la d'estimar.

—*La parella està en crisi?*

—Penso que no ho ha estat mai i que a la vegada ho està sempre. Però hi ha hagut un canvi espectacular. Hi ha hagut un nou repartiment de funcions. Els papers estaven clarament delimitats. La parella és ara un intent reeixit de viure de forma democràtica permanent. Però és molt difícil posar-se d'acord per fer coses. Fa cent anys, a la dona, l'importava que l'home portés el sou a casa i era impensable que li digués que li donava poc diàleg. En la mesura que els papers no són tan clars, hi ha crisi. Però crisi de creixement, crisi benaurada.

—*A la parella, quan no va bé, se li acut d'anar al psiquiatre?*

—Sovint molt tard. I sovint no hi podem fer gran cosa. La psiquiatria té coses clares i coses no tan clares. Curar una depressió o compensar una crisi psicòtica és molt clar. També podem ajudar a entendre situacions. Però la parella que té crisi, la viu barrejada amb sentiments, actituds. Malauradament, moltes parelles que busquen ajuda ho fan molt a la desesperada i veus que tots dos volen una última excusa, per no dir que no ho han provat tot. Quan no és així, aclarint el conflicte, obres un horitzó. Però el que hem de tenir

molt clar és que, sobre els sentiments, no hi tenim gran cosa a fer.

—*La gent, encara ho veu malament, això d'anar al psiquiatre?*

—Això va canviant i crec que de fet es donen dues coses. Hi ha una persona amb qui parlar. I en canvi hi ha persones que tenen depressió o despersonalització i en canvi no hi van. Hi ha alguns que no hi haurien d'anar i d'altres, que ho necessiten, no hi van.

—*El metge té avui prou temps per escoltar el malalt?*

—Això del temps és molt relatiu. El metge que no comprèn el malalt és ben clar que no fa de metge, sigui en l'especialitat que sigui. S'hi ha de dedicar tot el temps que calgui, però sovint no és el mateix que el malalt creu que es necessita.

—*Però el malalt no espera alguna cosa més del metge?*

—No podem trobar en el metge l'amic que no tenim. No pot fer de substitutiu de l'amistat, de la parella. No ha de ser antipàtic, i esquerp, però ha d'estar en el seu lloc professional i humà. És cert que, si una persona està molt sola i necessita comunicar-se, el metge li pot aportar espurnes d'afecte i això genera una relació afectiva. Ara, a la persona, li hem de donar la nostra humanitat, però amb la nostra distància professional.

—*L'èxit dels seus llibres és degut a la necessitat de resoldre aquests problemes personals?*

—La gent té necessitat de saber què passa dins del seu cervell, de llegir coses sobre el seu jo, la seva quotidianitat. La persona, en llegir-ho, hi veu reflectides coses seves.

Xavier Duran