



Hija mayor del psiquiatra Luis Rojas Marcos, que fue máximo responsable de los servicios de salud mental y de los hospitales públicos de Nueva York, Laura Rojas-Marcos nació

en esta ciudad en 1972 y allí sigue teniendo un medio ambiente personal que siente como más suyo aunque ahora resida en Madrid. En Nueva York estudió y hubo de pasar esa ra-

dical experiencia personal que son los atentados del 11-S, donde trabajó como voluntaria. "Vivir muchos años allí me ha dado una perspectiva de la vida diferente", sostiene

"Es fácil meterse con la religión, pero se hace con despotismo"

LAURA ROJAS-MARCOS

Psicóloga

"Si los seres humanos no sintieran la culpa se viviría en un caos"

"No se puede generalizar con el 'botellón' como si implicara a todos los jóvenes. Además no olvidemos que forman parte de la cultura española, en la que el alcohol está muy presente"

F. Franco

A CORUÑA

Antes fue un libro donde se abordaban temas como nuestra capacidad de adaptación, la autoestima, el temperamento comunicativo, el síndrome de estar quemado, los trastornos de ansiedad en la infancia, la agresividad juvenil, el papel de la mujer, la emancipación de los hijos o la ruptura de la pareja. Ahora tiene en la calle otro sobre la culpabilidad. Bajo el título de *El sentimiento de culpa*, la psicóloga Laura Rojas-Marcos analiza cómo los factores sociales, culturales, religiosos, familiares y personales influyen a la hora de que un humano sienta culpa por algo sucedido. Esta psicóloga va cada poco a la ciudad de Nueva York, que es la tierra en la que pasó esos años iniciales que marcan para siempre y a donde volvió para sus estudios superiores.

-No olvida Nueva York...

-Es parte de mi cultura. Me ha dado una perspectiva diferente en cuanto a valores culturales y a veces en las relaciones laborales e interpersonales. Por ejemplo, en países anglosajones no pasa nada por decir que no. Aquí conlleva culpa, angustia...

-Una nación que tiene permanentemente a miles de hombres en combate, ¿no es un terreno sembrado para los psicólogos?

-Eso lo notan allí las familias, que viven las consecuencias de la vuelta de los soldados a la vida normal. Pero quizás los psicólogos ten-

drían mayor papel en la misma vida militar, en donde matar no es ilegal. Allí dentro hay una cultura diferente que choca con la de la vida civil.

-La vida diaria en una gran ciudad, ¿es especialmente desequilibrante?

-Sobre todo por el estrés. Todo va mucho más rápido y cada persona está más sometida al roce con los demás. No es lo mismo vivir en un edificio con unos 4.000 vecinos que en una casa unifamiliar.

Si no tienes sentido de culpa puedes convertirte en psicópata pero también es un problema sentir culpa sin razones

-Y allí le tocó vivir los atentados del 11-S. ¿Le marcó la experiencia?

-Me ha afectado personalmente no sólo por los amigos que perdí en esos atentados terroristas sino porque presencié el desastre y trabajé como voluntaria. Tuve que vivir como otros muchos ciudadanos mis traumas, mi miedo, mi duelo...



Laura Rojas-Marcos. / JOEL MARTÍNEZ

-Otros habrán sentido la culpa...

-Depende. Habrá quienes lo hayan sentido sin razón y otros que, teniendo razones, no sienten la culpa, no sienten el remordimiento, no se sienten responsables de su conducta y tienen dificultades para empatizar con los demás llegando incluso a disfrutar con el dolor ajeno y el sufrimiento que ven en otras personas.

-¿El ser humano puede vivir sin tener este sentimiento de culpa?

-Si los seres humanos no llegarán a sentir la angustia causada por la culpa se viviría en un caos, no hubieran sobrevivido como especie. Los que no tienen sentido de culpa pueden convertirse en psicópatas pero también comporta problemas los que se sienten culpables sin razones para ello.

-¿Y eso de culpabilizar a los demás? Por ejemplo, a los jóvenes de conductas como el botellón...

-Eso es un ejemplo más de simplificaciones injustas que se hacen,

-¿Hay sentimiento de culpa por exceso y por defecto?

-Claro. Por defecto serían quienes sufren un trastorno de personalidad antisocial, o se los psicópatas en sus diversos grados, desde los asesinos en serie o torturadores a los que hallamos en la vida cotidiana como quienes practican el acoso escolar, el laboral, doméstico, sea maltrato psicológico o físico. Por exceso serían las personas que viven en un mar de culpas.

-¿Qué instituciones han sido más devastadoras en la creación de culpa?

-Las instituciones están creadas por personas. Me parece muy fácil, por ejemplo, echarle la culpa a la Iglesia o a la familia. Antes sí, ahora menos... Se ha puesto muy de moda meterse con las religiones, y se hace con un despotismo innecesario.

-Dicen ustedes, los psicólogos, que los jóvenes de hoy tienen una baja tolerancia a la frustración.

-Es correcto y un tema interesante. Así como se ejercita la paciencia se debería aprender la frustración porque es parte de la vida. Lo ves en niños o adolescentes que lo quieren todo ahora, no saben controlar sus deseos. Igual pasa con la cultura del esfuerzo, a la que no se debe renunciar.

-¿Y qué me dice del castigo?

-El reforzamiento positivo y negativo son recursos inexcusables en la educación y el castigo forma parte de este último. Castigar sí pero sin humillar, proporcional, buscando un equilibrio.

de confundir la parte con el todo. ¿Es que se drogan todos los jóvenes porque haya drogas? ¿Es que todos beben como cosacos porque haya botellón? Dicho esto, creo que el botellón va a tener una repercusión muy negativa en quienes lo practican porque están en un proceso de aprendizaje. Se ha ido un poco de las manos, beben demasiado pero no olvidemos que forman parte de una cultura, la española, en la que el alcohol está muy presente en el medio ambiente.