

Marina Roustan ha hagut de recórrer un llarg camí de formació i aprenentatge per tal de poder exercir amb garanties com a psicoterapeuta especialitzada, entre d'altres, en el camp dels conflictes empresarials. D'origen francoitalià, va cursar estudis a la Michigan University, on va obtenir la qualificació *magna cum laude*: **“Vaig decidir que volia ser psicoterapeuta als 16 anys, i vaig tenir la sort de trobar el suport de la meua família en tot moment. Els estic molt agraïda per l'esforç econòmic que van dur a terme perquè em formés.”** Després d'aquesta formació de base inicial, va engegar un intens període de formació postuniversitària que va incloure una especialització en conducció de grups i tot un seguit de cursos específics: **“Per esdevenir veritablement psicoterapeuta no tan sols és necessari disposar d'una sòlida base acadèmica, sinó també de la pràctica adient, i experimentar en un mateix diverses psicoteràpies personals.”**

Un dels avantatges de què ha pogut gaudir la Marina a l'hora de formar-se ha estat el seu domini oral i escrit de sis idiomes, la qual cosa l'ha permès poder especialitzar-se en diversos països i col·laborar amb diferents publicacions tant espanyoles com de la resta del món. D'entre tots els estudis, sens dubte destaca el realitzat sobre la fototeràpia, una metodologia pràcticament desconeguda pel gran públic, i que va presentar a París: **“És una eina molt útil en certes empreses on la imatge juga un paper cabdal. Aquesta qüestió em preocupa especialment perquè, d'una banda, s'ha tornat gairebé una epidèmia a les societats més avançades, tal com demostra el nombre de persones joves que moren a conseqüència de l'anorèxia. D'altra banda, he pogut observar que les empreses dirigides per persones mancades d'autopercepció presenten problemes més acusats en aquest aspecte.”**

Aquesta professional és conscient que la distinció entre la psicologia i la psicoteràpia no està gens clara entre l'opinió pública, i més encara quan ens referim a la psicoteràpia centrada en el món de l'empresa: **“Actualment ja hi ha un bon nombre de psicòlegs empresarials, però no gaires psicoterapeutes, i crec que cap d'ells està especialitzat en el món de l'empresa, perquè ha estat una aportació meua mitjançant l'aplicació dels principis de la psicoteràpia clínica. Podríem dir que la gran diferència entre ambdues disciplines rau en el fet que la psicologia analitza els trastorns, mentre que la psicoteràpia va un pas més enllà tractant-los, tal com la pròpia paraula 'teràpia' indica.”** La implicació en el món de l'empresa és portada a terme des de dues perspectives. La primera, de caràcter individual, s'encarrega d'analitzar els conflictes personals dels seus components, especialment els dels màxims dirigents: **“Generalment l'empresari es caracteritza per la seva solitud i les múltiples responsabilitats que ha de suportar. Es troba molt més sol del que la gent pot pensar, en part perquè, per la seva pròpia personalitat autodirigida, nega l'existència de cap tipus de problemàtica emocional. Ara bé, la suma d'obligacions que ha d'assolir fa que requereixi un ajut extern per tal de créixer personalment i ser capaç d'afrontar de forma constructiva els conflictes que es produeixen en la seva vida laboral. Evidentment, jo no el puc aconsellar per arranjar-los, ja que aquesta és la responsabilitat del seu assessor, advocat, etc., però sí el puc ajudar a encarar-los des de la vessant personal i fer**

**que tots els àmbits de la seva vida vagin obrint-se com un ventall. Aquesta posició de feblesa també és compartida per les persones amb més responsabilitats en l'organització, perquè aquests càrrecs comporten haver de solucionar un nombre major de problemes. A totes elles els ofereixo el meu temps, la meua discreció i la total confidencialitat de les informacions que em facin saber. Sempre que és possible, les sessions tenen lloc a la meua consulta, ja que així apartem el pacient de l'ambient laboral i es respecta més la seva intimitat. La diferència dels nostres mètodes respecte d'altres, com ara la psiquiatria, és que la psicoteràpia sempre cura i molt sovint ho fa en un termini de temps curt, mentre que la medicació alleugereix, però mai guareix.”** Aquesta tècnica està especialment recomanada en aquells casos en què l'empresa està passant per un moment difícil: **“Enfront de qualsevol situació traumàtica, com ara un divorci o, en el cas de l'empresa, una crisi econòmica, l'individu necessita un suport exterior especialitzat que l'ajudi a assumir la pèrdua, que mai no pot ser garantida per la bona voluntat i la intuïció de professionals especialitzats en altres branques de l'assessorament. Hi ha una gran diferència entre saber escoltar i ser un psicoterapeuta, perquè aquesta és la nostra base d'acció, però després hi ha tota una sèrie d'actuacions posteriors que només nosaltres podem practicar.”**

La segona perspectiva d'implicació en el món de l'empresa és el tractament dels conflictes de tipus social que s'hi plantegen: **“És fonamental detectar les relacions tòxiques que hi ha a una companyia per poder-ne neutralitzar l'efecte. D'aquesta manera, reconduïrem el treballador o els treballadors conflictius, esdevindran més productius, i de retop s'eliminarà la font dels conflictes. Per solucionar aquest tipus de problemàtiques disposem de les teràpies de grup que tenen sempre un caràcter confidencial. En trobem de dos tipus: d'una banda, les monogràfiques, com ara les centrades en la relació amb els clients, la venda amb èxit, el sentit de fracàs laboral, la competitivitat entre els propis treballadors, etc. D'altra, les multitemàtiques, que són sessions on cadascun dels participants es deixa dur pel seu inconscient. Aquestes últimes acostumen a donar resultats més ràpids perquè s'afronten directament les causes dels problemes. Cada integrant es beneficia de l'experiència dels altres i comparteix les seves opinions, de manera que tots esbrinen com els seus comportaments són inconscients disfuncionals.”** El més fascinant, però, d'aquestes experiències dirigides és la semblança que comparteixen amb les relacions reals: **“La teràpia és una mostra del món i, per tant, reflecteix el que succeeix a l'entorn de les dotze persones que, com a màxim, hi participen.”**

Marina Roustan no dubta ni un moment a reconèixer que la psicoteràpia pot ser considerada com la confessió moderna: **“Hi ha un lligam espiritual entre el psicoterapeuta i els seus pacients que explica que molts continuïn assistint a les sessions després d'haver solucionat el seu malestar inicial perquè els ajuda a sentir-se millor amb ells mateixos. Podríem comparar la psicoteràpia amb l'exercici físic: sempre és beneficiós i, com més es practica, millor fa sentir. La psicoteràpia consisteix a donar-se l'oportunitat de tenir cura d'un mateix de manera intel·ligent.”**



**“L’amor i l’estima  
ens relacionen  
amb la vida i amb  
la societat”**

**Marina Roustan** - Barcelona (Barcelonès)