

Tenemos que hablar

escrito por Daniel Restrepo

¿Quién no ha entrado en pánico cuando escucha la expresión “tenemos que hablar”? Hagamos una pausa y traigamos a nuestra memoria aquellas situaciones en donde escuchamos esa frase. Seguramente, la respuesta a esta pregunta estará relacionada con conversaciones difíciles, duras o sensibles.

Sin embargo, si seguimos reflexionando sobre los resultados de esas conversaciones, podemos ver que si bien inicialmente fueron conversaciones difíciles, serias o urgentes, sí o sí, son conversaciones que se tienen que dar. Además, el resultado de esas conversaciones a corto plazo parece triste, duro o complicado para gestionar, pero a largo plazo son conversaciones que van a ser recordadas positivamente.

Para facilitar lo que quiero explicar, les pondré un ejemplo. Una pareja de novios llevan muchos años juntos pero ya las cosas han venido cambiando; la novia toma impulso y le dice al novio: “tenemos que hablar”; el novio, preocupado, sabe que va a ser una conversación dura, pero accede a tenerla. La conclusión de esta conversación es la terminación de una relación de pareja. En el corto plazo, lo más seguro es que ambos estén tristes, dudosos, ansiosos. Con el paso del tiempo, el novio encuentra otra mujer que se vuelve el amor de su vida, se casan y tienen una hermosa familia. Ese novio va a estar agradecido con su exnovia que, si bien le hizo pasar por un momento duro, si no hubiese tenido esa conversación posiblemente no estuviera casado y no tendría una hermosa familia.

El análisis sobre la expresión “tenemos que hablar” me ha llevado a aplicarla en el mundo de la salud mental. Todo lo que gira alrededor de la salud mental está acompañado de silencio, de reserva, de cuidado que en cierta parte comparto por respeto a las víctimas, pero es un tema que no puede pasar desapercibido, es un tema que implica la realización de conversaciones difíciles.

Esta semana la comunidad de la Universidad EAFIT vivió un momento

muy difícil alrededor de una situación que se presentó y, lo cual – siguiendo los protocolos de salud – se gestionó y comunicó de una manera formal y respetuosa. Este comunicado que, si bien reconozco y aplaudo, siento que no se debe quedar sólo en eso, siento que es necesario tomar la batuta y empezar a generar conversaciones alrededor de este tema. La universidad y otros entes deben comprender que conversaciones de este nivel en el largo plazo tendrán resultados positivos, donde agradeceremos el momento de incomodidad suscitado inicialmente.

En mi opinión la Universidad actuó correctamente y ceñida a los protocolos para este tipo de casos. No obstante, creo que es la oportunidad para avanzar fuertemente en ser los abanderados de un tema tan delicado como lo es la salud mental. Ya se vienen haciendo avances, pero desafortunadamente no son suficientes. Creo que todas las personas somos corresponsables de facilitar y liderar estas conversaciones, por difíciles que sean en el corto plazo, siempre traen consecuencias positivas en el largo plazo.

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/daniel-restrepo-2/>