

El desafío de analizar, comprender y acompañar

(CARTA DESDE LA PRESIDENCIA)

Este año 2026 en el que nos disponemos a celebrar nuestro 40 Congreso anual bajo el lema "Raíces y legado: herencia en acción", y en el que se nos propone volver la mirada hacia nuestro origen para conectar desde ahí con la realidad presente y engendrar un mejor futuro común, es también el año en el que damos la bienvenida al primer número monográfico de "La hoja de Psicodrama". Lo hacemos con un tema que ocupa cada vez más espacio en nuestras consultas y en las reflexiones de los profesionales de ayuda: género, sexo y amor en el siglo XXI.

¿Es acaso diferente el género, el sexo y el amor en el siglo XXI, en la pequeña parte del mundo que llamamos "desarrollada", de lo que lo han sido en siglos anteriores? Lo más genuinamente humano, como siempre, permanece: la construcción de la propia identidad como tarea psicológica, el deseo sexual como impulso básico del ser humano y la necesidad de vincularnos amorosamente como condición universalmente necesaria para sentirnos personas seguras, vistas, reconocidas y formando parte de algo que trascienda nuestra propia individualidad; es decir, personas mentalmente sanas.

Aunque la necesidad de vínculo permanece, lo que está cambiando, quizá demasiado rápido, es la forma en que esta necesidad se satisface. La tecnología está introduciendo nuevas maneras de conocernos, vincularnos y mantener relaciones.

"Las normas sociales claras que antes aportaban sostén, los roles definidos y las trayectorias vitales predecibles se están diluyendo".

A esto se suma que la mayor libertad que percibimos en el mundo occidental del siglo XXI tiene su apoyo en una progresiva licuefacción de diferentes estructuras: las normas sociales claras que antes aportaban sostén, los roles definidos y las trayectorias vitales predecibles se están diluyendo. Cuando las estructuras sociales que aportaban encuadre y seguridad se difuminan, sin duda ganamos en libertad, pero con su ineludible revés de la moneda asociado: el peso de la responsabilidad personal de estar eligiendo. ¿Estamos preparados para este cambio en lo que a género, sexo y amor se refiere?

Pareciera que nunca ha habido tantas posibilidades para definir cómo amar, desear o identificarse, pero al mismo tiempo, nunca ha sido tan difícil hacerlo con seguridad. Eso nos está diciendo, al menos, nuestra experiencia profesional reciente.

Las mismas necesidades humanas, expresadas en un contexto más complejo, fluido y abierto, se vuelven sin duda más exigentes desde el punto de vista psicológico. Sabemos que lo que predice un mayor grado de bienestar no es tanto el tipo de relación que se establece, como las bases sobre las que se asienta en cuanto a comunicación, respeto y reciprocidad. Ahí es donde los psicodramatistas tenemos mucho que aportar si aceptamos el desafío apasionante de comprender sin simplificar, acompañar sin juzgar, y analizar sin reducir la experiencia humana a categorías rígidas. Todas ellas tareas que forman parte esencial del método psicodramático desde sus orígenes.

nuestro conocimiento, sin dejar por ello de compartirlo. Sigamos aprendiendo, pues, y comunicando lo aprendido a través de “La hoja de Psicodrama”, nuestro medio privilegiado para interconectar aprendizajes.



Belén Hernández Zoido
Presidenta de la AEP

“El desafío apasionante de comprender sin simplificar, acompañar sin juzgar, y analizar sin reducir la experiencia humana”.

Por todo ello, es mi deseo que este primer número monográfico de “La hoja de Psicodrama” contribuya a ofrecer marcos de comprensión que favorezcan el bienestar, reduzcan el sufrimiento y ayuden a promover entornos más inclusivos y respetuosos. Esto implica trabajar desde la evidencia, pero también posicionarnos desde la humildad, reconociendo los límites de

