

REFLEXIONES EN TORNO A LA RESISTENCIA

*Doctor, mi hermano está loco, se cree que es una gallina.
¿Por qué no le mete en un manicomio?
Lo haría, pero necesito los huevos.
(Woody Allen, en Annie Hall, 1977)*

Ocurre con frecuencia, en el trabajo multidisciplinar de los servicios sociales (área de protección a la infancia), un hecho reiterativo en el análisis de las intervenciones en curso. La cuestión es que se efectúa, con frecuencia, un uso descuidado y simplista del concepto “resistencia”. La idea con este texto, es reflexionar acerca del empleo habitual de dicho término de un modo vacío y carente de funcionalidad.

Es cierto que los usuarios con los que trabajamos suponen un reto altamente complejo: suelen carecer de una motivación inicial (contexto coercitivo), presentan una escasa conciencia de las dificultades, en muchas ocasiones sus circunstancias vitales son caóticas, no es infrecuente la psicopatología severa o graves alteraciones en el sistema familiar, etc. Aun con todo ello, lo que pretendo afirmar es que, cuando no existe un cambio en el usuario, no todo es resistencia y, en todo caso, cuando lo fuera, habría de efectuarse un análisis más profundo del fenómeno con el fin de superarlo.

Desgraciadamente no es raro que durante la intervención socioeducativa o psicosocial, individual o familiar, nos encontremos con cambios insuficientes, mínimos o inexistentes. Es entonces cuando se corre el riesgo de efectuar un análisis simplista y derrotista: “Es que X es muy resistente”.

Según mi punto de vista plantear que alguien es resistente y quedarse en ello, sin profundizar en la trama, es equivalente a decir: “Es que el agua moja”. Afirmar que un individuo es resistente es algo obvio, vacío. Equivale, llevado a un extremo, a ignorar por completo la naturaleza de la mente. Es esperable que un individuo o sistema familiar no cambien (ya no digamos que cambien rápidamente), lo contrario sería negar la estabilidad de la mente, ignorar todos los procesos cognitivos implícitos en el mantenimiento de una estructura (un yo) permanente. Un sujeto neurótico, como usted y como yo (por ahora), no puede modificarse rápidamente.

Este proceso en sí no es bueno ni malo (la estabilidad de la estructura mental persigue un fin de supervivencia), pero es real y, en todo caso, es la resistencia la que justifica nuestra razón de ser. ¿Se imaginan un proceso socioeducativo o psicoterapéutico que consistiera meramente en: “Lo que usted tiene que hacer es mostrar más afecto a sus hijos. Ah, no me había dado cuenta, gracias, lo haré desde ahora mismo (Y problema solucionado)?” Voy a contarles un secreto a voces: sin resistencia ni educadores ni

psicólogos tendríamos trabajo alguno, así que vamos a tratar de admitir con mayor benevolencia este proceso que nos da de comer.

Se puede definir “resistencia” (de un modo muy simple y que no se abre a los matices) como una actitud de oposición al encuadre psico-socio-educativo con perjuicio del propio bienestar.

Con respecto al origen de la resistencia se han postulado diversas teorías, muchas de ellas compatibles entre sí: la evitación del dolor por parte del sujeto (psicoanálisis), la oposición al proceso de consejería (conductismo), la carencia de “la verdad” por parte de quien interviene siendo el punto de vista del usuario tan válido o más (constructivismo social), la ambivalencia ante la demanda, etc.

Un elemento que nos debe ayudar a modular las emociones a los agentes que intervenimos es la conciencia de que los usuarios no son resistentes por obstinación o irresponsabilidad sino por ambivalencia: se quiere más libertad pero se teme la autoexploración. Walter Riso afirmaba (comunicación personal, Barranquilla 1996) que cuando alguien está en una piscina llena de mierda hasta el cuello, lo único que desea es que no se hagan olas (más gráfico no puede ser). Los usuarios tratan de mantener su nivel de seguridad y estabilidad, intentan a toda costa, ser “ellos mismos” (continuidad del yo). Esto no es una resistencia: simplemente es funcionar como se espera en un ser humano.

A mi parecer existe un elemento clave, en cuya ausencia se produce el fenómeno de la resistencia, se trata de la relación o vínculo con el usuario. A peor vínculo, mayor desconfianza, más emociones ambivalentes, en suma más resistencia. El vínculo seguro es el marco necesario (pero no suficiente) para que se dé cualquier tipo de cambio en el usuario y este elemento, a mi parecer, es clave y se descuida muchas veces en la vorágine de las prisas, la saturación, los estados personales, los procedimientos trillados y la institucionalización. Se trata de algo difícilmente medible, programable o que pueda someterse a proceso alguno y quizás ocurra que se pierde de vista en un contexto en el que fácilmente se cae en el reto, la amenaza, las prisas, el prejuicio o el rechazo (ante la inmovilidad atribuida siempre al otro). Quiero ahora que hagan un pequeño ejercicio, que recuerden a alguien que produjo un cambio positivo importante en ustedes y que definan que tipo de relación mantenían en ese momento con dicha persona. Pues bien, a ese tipo de relación ha de aspirarse en la relación psicoterapéutica o socioeducativa. Si no hay un vínculo seguro no hay cambio posible, así de sencillo y de complejo en el ámbito en el que trabajamos.

Creo, y es una opinión totalmente personal, que este es el punto clave en nuestro trabajo con los usuarios: más incluso que el diagnóstico, más que el cumplimiento de plazos, la burocracia o las técnicas a emplear. El vínculo es la puerta de entrada, sin ello nada se podrá hacer. No se puede trabajar con una persona si no somos alguien representativo, importante, de referencia o confiable, la puerta estará cerrada para nosotros.

El fracaso en nuestro abordaje (gran parte de las mal llamadas “resistencias”) guarda relación con expectativas por parte de los agentes intervinientes, con la adopción de ritmos inasumibles en el trabajo diario con los usuarios, con nuestra falta de análisis, con planes de abordaje rutinarios (no adaptados a las personas con las que trabajamos), con una formulación vaga acerca de lo que el otro necesita, con la imposición de valores o con una baja sensibilidad intercultural.

Así, a uno le da por buscar mágicamente técnicas que van a derrumbar las defensas del otro, se pregunta si faltó a clase el día el que explicaron algo fundamental, todo en vano. Es como comenzar la casa por el tejado. Lo que mal denominamos “resistencia”, el fracaso en la intervención, que casi siempre atribuimos al otro, se debe abordar de otro modo. Ha de lograrse un vínculo seguro con el usuario, deben analizarse los errores personales, aminorar las circunstancias personales que nos abruman, uno tiene que apartarse del abrazo ultraortodoxo de los procedimientos mecanizados y mirar a los ojos del otro, ponerse en sus zapatos, para tratar de que se beneficie de nuestro trabajo.

En suma, el maestro no aparece hasta que el discípulo está listo. Y el trabajo más importante es lograr que el usuario se halle en un contexto que favorezca (o al menos no entorpezca o trabe) dicha disposición para entablar un trabajo conjunto con nosotros. Sin ello, poco podemos aportar, salvo papeles, frustración y fracaso.



Septiembre de 2013

Bittor Arnaiz

Psicólogo de Agintzari SCIS

Licenciado en psicología (Deusto 1992), me especializo durante casi cuatro años en Terapia Cognitiva (México DF). De vuelta al País Vasco trabajé en la psicoterapia privada, la traducción de libros de psicología y la docencia. En 2009 me incorporo al SAT Bilbao (en la actualidad en el distrito de San Francisco-La Peña). Últimamente me interesa la fusión de la terapia cognitiva con la teoría del apego.