

“El miedo al cambio”

En el periodo octubre 2011- octubre 2012 participé en un Equipo de Proyecto de Agintzari titulado “Retos y dificultades de la intervención psicosocial en contextos coercitivos”. Este EP fue propuesto por una compañera del SAT y yo, partiendo de la experiencia de que la intervención en situaciones de desprotección infantil suele estar caracterizada por una ausencia de demanda por parte de las familias usuarias, generando la necesidad de ajustar nuestras expectativas y de adaptar nuestros modos de intervenir. Con esta experiencia en mente, y también pensando en el contacto directo que he mantenido con los usuarios del SAT a lo largo de los últimos años, me gustaría aprovechar esta oportunidad para presentar una reflexión más personal sobre las dificultades que he encontrado a la hora de poder promover el cambio terapéutico. Aunque en el SAT trabajamos tanto con menores como con sus padres, en este artículo me refiero sobre todo a los usuarios adultos, ya que son estos los que al final tienen el poder de facilitar (o no) la colaboración y asistencia a los procesos de intervención que ofrecemos.

Sin tener experiencia en este campo de trabajo, sería fácil caer en el error de dar por hecho que el apoyo terapéutico que ofrecemos sea algo que los usuarios acepten sin dudar, ya que, en general, son personas que han pasado por situaciones generadores de niveles importantes de estrés y malestar, y nosotros ofrecemos un espacio dirigido a la comprensión y resolución de las dificultades percibidas. Sin embargo, el aspecto coercitivo de la intervención en situaciones de posible desprotección infantil complica mucho este panorama. Fácilmente las figuras parentales pueden sentirse juzgadas como “malos padres”, y verse como obligadas a acudir bajo la amenaza (real o no) de que su no colaboración pudiera resultar en la toma de otras medidas más invasivas.

Dicho eso, y aún reconociendo el impacto de estos elementos, en éste artículo me gustaría centrar más en los aspectos personales de los usuarios, fruto de sus vivencias personales, que se entremezclan con los factores contextuales nombrados, dificultando aún más que nos perciban a los profesionales intervinientes como personas con un deseo auténtico de ayudarles.

A continuación, intento describir algunas de las asunciones, miedos y dudas que los usuarios traen al entrar en contacto con el servicio donde trabajo, entendiendo que en gran medida se tratan de expectativas *implícitas* y *poco accesibles* a un *proceso de pensamiento reflexivo y verbal*. (En la literatura psicoanalítica contemporáneo, bajo la influencia de las ideas de la teoría del apego, se utiliza el término "Conocimiento Relacional Implícito" para describir este tipo de expectativas "automáticas").

A mí, me parece que algunas de las expectativas implícitas más frecuentes son:

"Por mucho que intentes convencerme de que me quieres ayudar, tu intención real es dominar, controlar y humillarme..."

"Si confío en ti y empiezas a verme como realmente soy, te vas a dar cuenta de que no valgo para nada, vas a confirmar el miedo que tengo de no tener nada bueno dentro..."

"Tu aparente interés en mí no es real, si lo fuera, no me harías esperar tanto entre un contacto y el siguiente..."

"No voy a ser capaz de captar tu interés y atención, te voy a aburrir, voy a agotar tu paciencia..."

"No hay nadie capaz de sobrevivir la fuerza de la rabia que llevo dentro..."

"Crees que entiendes a mi hijo mejor que yo, tu intención es señalar mis fallos como madre/padre, de entrada te crees superior a mí..."

"Me vas a comparar con mis propios padres, vas a pensar que estoy repitiendo con mi hijo los mismos errores que ellos cometieron conmigo, cuando la verdad es que yo he hecho todo lo posible para ser otro tipo de madre/padre..."

"Si al final percibo que tu preocupación sobre mí es real, no voy a poder resistir el impulso de abrirme, de dejarme conectar con todo el dolor que hasta ahora he denegado. Si no eres capaz de tolerarlo, me abandonarás; por otro lado, si eres

capaz de seguir allí escuchándome, tendré que conectar con sentimientos que quizás sean inaguantables. En cualquier caso, voy a acabar peor que ahora...”

“Tu interés en estar conmigo solo tiene que ver con tus propias necesidades de sostén emocional; para que me aceptes, tendré que subyugar mis necesidades, averiguar cuáles son las tuyas, y adaptarme a ellas. Si te pido que entiendas lo que realmente necesito de ti, desaparecerás...”

“En cuanto me permita a mí mismo sentir que necesito tu ayuda, no voy a tolerar el control que tienes sobre mí el poder de hacerme sentir mejor o peor. Y sé, sin ninguna duda, que tarde o temprano me abandonarás.”

Como ya he señalado, este tipo de “conocimiento relacional implícito” ejerce su influencia sobre todo de manera sumergida, como un subtexto invisible por debajo de la interacción observable, y por eso tiene una gran potencialidad para distorsionar el patrón de comunicación usuario-profesional. Si el profesional actúa como si estuviera participando en una interacción siguiendo las reglas “normales” y “sanas” del contacto interpersonal, corre un alto riesgo de malinterpretar la respuesta poco colaboradora del usuario, dejándose llevar por sus propias respuestas emocionales, que pueden incluir la impaciencia, la frustración, la rabia, la impotencia, la falta de empatía, e incluso sentimientos más activos de rechazo y desprecio. Si dichos sentimientos se comunican al usuario, sin que el profesional sea capaz de reconocer, analizar, entender y regularlos, actuará de una manera que solo servirá para confirmar la expectativa del usuario de estar con otra persona más que no le entiende, que no le quiere ayudar, que no puedo tolerar que exprese sus sentimientos, que le va a rechazar, etc.

No es mi intención proponer ninguna acción o técnica concreta en relación a estas reflexiones, sino simplemente compartirlas con la idea de que pudieran servir como una especie de “recordatorio” que nos ayude a tener más paciencia, tanto con los usuarios como con nosotros mismos, cuando nos encontramos desmotivados y frustrados ante la aparente falta de respuesta de los usuarios a nuestros intentos de ayudar. Para tener una posibilidad real de ganar su confianza, creo que es imprescindible encontrar aspectos *válidos* de su discurso y transmitir la *aceptación* de sus emociones, por mucho que sus convicciones sean erróneas y les lleven a mantener una visión distorsionada y perjudicial de sus hijos en el momento actual.

Ser más pendiente de los miedos y asunciones implícitas que pueden existir por debajo de su discurso explícito, puede posibilitar que conectemos mejor con el mundo interno de este padre o esta madre, *trabajando desde dentro de ello* durante un periodo, para luego ir introduciendo otras ideas y perspectivas una vez consolidada la alianza terapéutica. Me gustaría pensar que estas consideraciones pueden facilitar que adoptemos una posición más comprensiva y empática desde el inicio del contacto, así maximizando las posibilidades de conseguir un “enganche” terapéutico duradero; y en aquellos casos de “fracaso”, darnos claves sobre los motivos por los cuales, en esta ocasión, la familia no ha podido aprovechar de nuestra ayuda.



Septiembre de 2013

Mark Elton

Psicólogo de Agintzari SCIS

Tras terminar la carrera en psicología, realicé mi formación como psicoterapeuta infantil en Londres, y luego vine a vivir en el País Vasco en el 2005, empezando a trabajar como Psicólogo en el Servicio de Atención Psicosocial del Ayuntamiento de Bilbao que gestiona Agintzari. Estoy especialmente interesado en el Psicoanálisis Relacional.