



EXORCIZAR AL DESTINO. REFLEXIONES EN TORNO AL CONCEPTO DE RESILIENCIA.

Alicia Gamondi*

Introducción

La clínica con sujetos que han atravesado situaciones de alto impacto o que viven en contextos donde parece sobreabundar el dolor y escasear el placer, nos estimulan a una búsqueda que -parafraseando a Malraux- definiría como: *"Busco la región crucial del alma donde la fraternidad resiste al mal radical."*¹

Me interesará, entonces, en estas páginas, no tanto ahondar en la problemática de la *experiencia extrema* (y su efecto posible, el *trauma*) como en el abordaje de los recursos, las potencialidades, con las que alguien, puede resistirla y superarla.

Tomaré para ello, el concepto de RESILIENCIA como un "concepto ventanana" para asomarme a cuestiones que han venido tratándose desde tiempos antiquísimos, mucho antes incluso de que existiera este vocablo. *"Resilio"* proviene del latín y significa "volver atrás, volver de un salto, rebotar". En Física el concepto se utiliza para dar cuenta de "la capacidad de un material para recobrar su forma original después de ser sometido a una presión deformadora".

En Medicina, fundamentalmente en Epidemiología, se lo relaciona con la capacidad de "inmunidad".

El concepto como tal, ingresó al circuito de las Ciencias Sociales hace ya treinta años y ha venido siendo trabajado de manera dispar en las distintas épocas y según distintos contextos ideológicos y epistemológicos. Respecto de muchos de estos enfoques guardo una postura crítica.²

* Profesora de la Carrera de Especialización en Psicoanálisis con Niños de UCES (en convenio con APBA).

¹ Malraux decía: "Busco la región crucial del alma donde el mal radical se opone a la fraternidad".

² Un comentario crítico a este concepto ha sido desarrollado por la Lic. Alicia Torres en "Desde la Psicología de Frontera, cuestionamientos al concepto de Resiliencia", Premio Beatriz Perossio del X Congreso Argentino de Psicología. Rosario, 2001.



En esta exposición tomaré aquellas cuestiones que, entiendo, pueden enriquecer nuestra producción teórico-clínica.

Más allá del Trauma

“Habilidad para surgir de la adversidad, adaptarse, recuperarse y acceder a una vida significativa y productiva” (ICCB, 1994).

“Enfrentamiento efectivo ante eventos severamente estresantes y acumulativo” (Lösel, Blieneser y Köfler en Brambing et al. , 1989).

“Resistencia a la destrucción y capacidad de construcción” (Vanistendael, 1994).

Del desglose de estas definiciones, se sigue que la otra cara de la Resiliencia es el **trauma** definido como el arrasamiento del Yo consecuente al impacto de un estímulo improcesable.

Ahora bien, sabemos que tal característica letal del estímulo, deviene, en última instancia, de la autoevaluación que el Yo hace de sus recursos con relación a dicho estímulo, en el contexto de una realidad conjetural que se mide por su eficacia.

Importa tener en cuenta, que si el Yo es una entre varias instancias psíquicas, y el individuo es tal con relación a un cuerpo social, la evaluación del efecto desbastador va a estar condicionada en un antes-durante y después del impacto, por la determinación que estos conjuntos (el intrapsíquico y el interpersonal) hagan, según un sistema representacional valorativo, de lo tolerable o intolerable en cada situación.

En este punto, me parece interesante la vinculación que Rutter hace entre Resiliencia y Negociación, cuando define a la Resiliencia como *“Negociación que las personas hacen frente a situaciones de riesgo”* (Rutter, 1992).

Por mi parte agrego: negociación no coloquial; por el contrario, negociación radical, en extrema tensión. Negociación que convoca la Causa, *Aitía*, esa instancia que se interroga sobre la diferencia de fuerzas entre los dioses y los hombres. La pregunta que crece en el seno de la Tragedia.

Si, como decía Cesar Vallejos, *“No poseo para expresar mi vida sino mi muerte”*, el modo en que una persona o grupo defina su posición ante cir-



cunstancias extremas, ha de decir mucho respecto de su reconocimiento identitario y su capacidad para construir y sostener su subjetividad.

Sobre la Experiencia Extrema

Lo propio de la Experiencia Extrema es que "da vuelta la realidad como un guante", en el sentido en que deja expuesto todo aquello que, habitualmente, acordamos poner entre paréntesis para seguir viviendo con relativa tranquilidad. Lo más temido, lo más rechazado, lo "improbable" que elegimos creer "imposible".

Altera el *sentido común* entendido como el conjunto de recursos en los que habitualmente nos sostenemos para llevar adelante nuestra vida y que no es sino una de las complejizaciones de la *confianza básica* que sustenta nuestro Yo.³

El impacto de este fenómeno, amenazará directamente al Yo en su función más esencial, la de "dar sentido". En otras palabras, si la capacidad *interpretante* del Yo se ve afectada, resultarán condicionadas también sus funciones de autoevaluación y reconocimiento de los recursos disponibles para enfrentar con éxito la exigencia.

Así, la *identidad*, entendida aquí como la vivencia de unicidad resultante del trabajo de percepción del Yo sobre la continuidad del Yo, dejará de ser un refugio para constituirse en un terreno dramáticamente conflictivo.

La identidad, se sustenta en un ecosistema social (individual, colectivo, institucional) atravesado por un *ethos epocal* y que incluye las alternativas propias de los distintos momentos del desarrollo evolutivo, así como el sesgo de género.

Esta referencia constante del Yo a los otros, también resultará afectada en estas experiencias.

En el plano afectivo, amenazando la capacidad de empatía y la expectativa de vínculos tiernos. En el plano lógico, dificultando los vínculos consensuales entendidos como la capacidad de adherir, acordar y discrepar.

³ Pienso el concepto de Confianza Básica en acuerdo con las teorizaciones de Goffman, Giddens y Laing.



De este somero paneo sobre algunas de las problemáticas implicadas en este tipo de situaciones, se sigue la conclusión de que la RESILIENCIA (y en esto hay total coincidencia entre todos los autores que tratan el tema desde diversas vertientes) es la capacidad de llevar a cabo dos operaciones psíquicas de igual importancia y que deben co-implicarse: “resistir” y “construir”.

De contextos

Es sabido que el análisis de la *capacidad resiliente* en un individuo o grupo, implica tener en cuenta la interacción de *factores de riesgo* (que potencian los aspectos de fragilidad yoica), *factores protectores* (que fortalecen la coraza antiestímulo) y *mecanismos de respuesta* (recursos disponibles) con relación al suceso amenazante.

La ponderación de cada uno de estos ítems pondrá en juego la postura ideológica del investigador y la complejidad de su aparato teórico. No es lo mismo afirmar que “la pobreza” (definida como carencia de recursos materiales) constituye un *factor de riesgo predisponente*, que pensarlo como *factor precipitante* o directamente no incluirlo como elemento significativo en la “columna riesgos” o, incluso pensar que algunos recursos simbólicos de los grupos con carencia de recursos materiales pueden generar *dispositivos de protección*.

No es lo mismo pensar al individuo o grupo con capacidades resilientes como un sujeto definido a priori como *inmune*, que pensar la consecución y sostenimiento de la salud como la resultante de un interjuego constante entre los individuos y los contextos no sólo micro sino macro social.

En la misma línea de reflexión, podemos decir que, si el horizonte contra el que se recorta el concepto de Resiliencia es el de la *respuesta saludable*⁴ importará sobremanera que definamos con la mayor precisión qué entendemos por tal.

Por mi parte, considero que, tanto los *factores de riesgo y de protección*, como los *mecanismos de respuesta*, deben interpretarse como contextuales y, por lo tanto imposibles de codificar “a priori”. Por otra parte, esta misma característica, determinará la variabilidad de la efectividad de respuesta en las

⁴ “Conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan una vida sana en un medio insano”. Rutter, M. ; 1997.



distintas circunstancias de los distintos momentos de la vida del sujeto, con lo que no deberemos considerarlos como una característica continua y mucho menos adscribirla como rasgo, de algún modo, "estructural".

Respuesta saludable

La evaluación de una conducta como "saludable" o "patológica" no puede, a mi entender, cifrarse en el ámbito de lo meramente observable, sino que requiere que se reconozcan, en el Sujeto o grupo, la eficacia o el fracaso, de ciertas funciones que abonan la riqueza y complejidad del sistema más allá de las apariencias.

Como guía para ahondar en este desglose, propongo algunos "indicadores de salud psíquica" que decantan tanto de la teorización metapsicológica, como de las apreciaciones de distintos autores interesados en la problemática de la salud psicosocial (Mitszerlich, Pichón Riviére, Kaës, etc.) y que encontramos confirmados en la clínica y en las intervenciones sociales.

- Confianza básica.
- Capacidad para dominar pulsiones y mantenerlas integradas.
- Control de la realidad. (Capacidad de reconocimiento y adaptación creativa).
- Autodistanciamiento crítico.
- Autonomía. (Capacidad de tolerar situaciones de dependencia e independencia)
- Sentido de intimidad. (Capacidad de reconocer los límites yo, no-yo y tolerarlos)
- Sentido de generatividad.
- Sabiduría. (Capacidad de historizar las experiencias vividas y compartirlas)

Por supuesto, este punteo no pretende ser acabado, no excluye otros indicadores que puedan puntualizarse, pero da una idea base para pesquisar la complejidad de entramados implícitos en cada observable.

Esta observación cualificada, resulta de especial importancia a la hora de discriminar si una conducta da cuenta de *"la capacidad para construir en adversidad y ser transformado por ella"* (Vanistendael, 1994), o si remite a una pseudoadaptación o al armado de un falso self.



Pensar, sentir y actuar

Decíamos en un apartado anterior, que la capacidad de respuesta a experiencias extremas comprometerá episteme, sensibilidad y operacionalidad en una trama donde siempre interjuega lo intra, lo inter y lo transubjetivo.

Anteriormente nos referimos a la función *interpretante* del Yo. Los teóricos de la Resiliencia relacionan la capacidad de superación de las situaciones extremas con la cualidad de la *interpretación subjetiva* que cada sujeto dé a los acontecimientos de su vida (Kobasa, 1989).

La eficacia de tal interpretación dependerá de que guarde pertinencia ética con el Yo.

En su sentido más existencial, la ética remite, como lo plantea Alicia Brunero a ese momento en que *"toda persona percibe que dentro de sí misma tiene la posibilidad de hacer elecciones que alteren los resultados previstos"* a partir de la percepción de que a los seres humanos *"no todo nos da igual"* (Brunero, 2003).

Desde otro contexto, Steiner afirma que *"toda civilización o individuo tiene en su interior una respuesta a las insinuaciones de la sensación de inminente catástrofe"* (Steiner, 1992).

Podemos inferir entonces que, en gran medida, la capacidad de resistencia y superación de una experiencia extrema dependerá de que pueda ser **pensada** adjudicándosele un sentido que ubique al Yo en una posición diferente al *estupor* propio del sinsentido.

En esta dirección, planteamos que el *mito* (como producción del pensamiento que da cuenta de un sentido cifrado en los orígenes y que contiene códigos preestablecidos que ordenan la supervivencia del cuerpo y del espíritu) y la *utopía* (como ese modo del pensar que organiza la tensión desiderativa como sostén de subjetividad) han de constituirse en verdaderos anclajes de racionalidad que organizan la relación del Yo consigo mismo y con el mundo.

Ricoeur teoriza que la identidad se sostiene en un *relato autobiográfico*. Ese relato, organizará tanto la imprescindible continuidad del Yo (*mismidad*), como la posibilidad de futuras variaciones tolerables (*ipseidad*) en aras de una promesa de desarrollo futuro (Ricoeur, 1974).



Aún los niños más pequeños tienen la potencialidad de construir, a su manera, un relato autobiográfico que (al referirlos a un mito de origen y proyectarlos a un futuro utópico) les permita sostenerse ante las amenazas de la vida.

Ahora bien, de lo que venimos planteando, se sigue que el pensar no puede sino estar profundamente entramado con el **sentir**.

La noción misma de *relato autobiográfico* lleva implícita la referencia a un *paradigma estético* en el que el Yo reconocerá la exclusividad de sus trazos y lo que éstos le sugieren como placentero o displacentero, oscuro o luminoso, encierro o libertad.

Por otra parte, la transmisión de la experiencia, exigirá también respetar pautas estéticas que la vuelvan tolerable para los receptores. En buena medida, la eficacia de la comunicación requerirá de cierto distanciamiento (más o menos conciente) del Yo de la vivencia.

Como muy bien lo explica Cyrulnik, en tanto la transmisión de la experiencia implica la necesidad de *"metamorfosear el horror"*, se acerca a la producción artística y deberá pagar un cierto costo. *"Se puede hablar de uno mismo con la condición de no decir nunca Yo"* (Cyrulnik, 2001).

Según sean las condiciones de este interjuego entre el Yo y los Otros, se seguirá la mayor o menor necesidad de distanciamiento entre la vivencia profunda y su traducción, con relación a un abanico de posibilidades que presentan, en un extremo el riesgo de enquistamiento y en otro la plasticidad superadora.

No se tratará, meramente, de que se trace la línea que une pasado y futuro.

Si el pasado resulta hipertrofiado (Cyrulnik hablará de *"memoria abusiva"*) o el futuro unidireccional (*"porvenir petrificado"*) el Yo no podrá efectivizar su liberación.

La capacidad de *resistir* y *construir* será directamente proporcional a la posibilidad del Yo de preservar la plasticidad del sentimiento por sobre la fijeza del *"resentimiento"*.

Por último, podemos agregar que una de las funciones de este relato ha de ser la de orientar al Yo en su **actuar**.



La movilidad yoica remite al sostenimiento de una *praxis* (definida como un “ hacer con sentido”) que, no sólo de cuenta de sus potencialidades sino que las realmente.

El triunfo ético del *construir* yoico, se evidenciará en que “*pueda hacerse responsable de sus objetos*” aún de aquellos, que tras la experiencia, requieran un esforzado trabajo de “*restauración*” durante el cual, el Yo, deberá aprender a tolerar nostalgias e incertidumbres.⁵

Entramados

Para ir concluyendo estas acotadas reflexiones sobre tan compleja temática, quiero detenerme en una definición de Cyrulnik que, considero, alude a una cuestión medular: “*La Resiliencia no es una substancia, es una obra de punto*” (Cyrulnik, 2001).

Aunque no lo tengamos presente al momento de valorar y disfrutar un tejido, esa obra que tenemos en un momento en nuestras manos, condensa la vitalidad de muchos. Naturalezas diversas, en tiempos y espacios diversos, han aportado lo suyo para hacerlo posible. Incluso, el devenir de la obra estará signado por sucesivas multiplicidades de hacedores y beneficiarios, influencias de todo tipo que ratificarán o no su utilidad, o factores que puedan alterarlo. Del mismo modo, la posibilidad de un sujeto de sostenerse y desarrollarse vitalmente, dependerá de la cualidad del entramado que pueda tejer en el encuentro con otros (reales o imaginarios, presentes o ausentes) en, por lo menos, dos sentidos fundamentales.

Por una parte, de lo que éstos le aporten como materiales y saberes, imprescindibles para llevar adelante la tarea. Por otra, y no menos importante, de la valoración que hagan del resultado.

Tener siempre presente la naturaleza de esta dinámica, resultará de fundamental importancia en la ponderación de situaciones y en la estructuración de las intervenciones que pudieran resultar necesarias.

Anteriormente, nos referimos al hecho de que la resistencia y superación de

⁵ El autor, elige el concepto de “restauración” como más rico que “reparación” en tanto permite notar que “cuando un cuadro ha sido restaurado, asistimos a un embellecimiento, a veces una metamorfosis”, (op. cit. pág. 91).



situaciones extremas implica, para los afectados, una inevitable modificación identitaria. Habremos de recordar, también, que para nosotros, como profesionales de la Salud (o como meros integrantes del Género Humano) acompañar estos procesos exigirá que estemos dispuestos a aventurarnos hacia zonas desconocidas de nosotros mismos, incluso, hasta resultar transformados.

Así como Azar y Destino, nombran por igual la impotencia del Yo, su *enmudecimiento*. (ya sea que resulte abrumado por lo disruptivo, o que no pueda vencer la inercia de un recorrido preanunciado), lo que llamamos *Resiliencia* da cuenta de los esfuerzos del Yo por rescatar sus voces, aunque, para ello, deba exorcizar fantasmas propios y ajenos.

Primera versión: 1/9/03
Aprobado: 3/1/04

Bibliografía

Brunero, A.: (2002) *Ética desde el Otro*, Buenos Aires, Ed. Lumen, 2002.

Cyrułnik, B.: (2001) *La maravilla del dolor*, Buenos Aires, Ed. Granica, 2001.

Giddens, A.: (1991) *Modernidad e identidad del Yo*, Barcelona, 1995.

ICCB/BICE: (1994) *Elements for a Talk on Resilience: Growth in the Muddle of Life*. Ginebra, Suiza.

Kaës, R.: (1979) *Crisis, ruptura y superación*. Buenos Aires, Ed. Cinco, 1979.

Kotliarenco, M; Cáceres, I; Fontecilla, M.: (1997) *Estado de Arte en Resiliencia*, Organización Panamericana de la Salud, 1997.

Laing, R.: (1960) *El Yo dividido*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 1993.

Löesel, F.; Bliesener, T; Kferl, P.: (1989) *Resilience in Childhood and Adolescence*. International Catholic Child Bureau, Ginebra, Suiza.

Ricoeur, J.: (1974) *Tiempo y narración*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica. 1979.



- (1986) *Del Texto a la Acción*, Buenos Aires, Fondo de Cultura Económica, 2000.
- Rutter, M.: (1987) "Psychosocial Resilience and protective mechanisms", *American journal Orthopsychiatry*, vol. 57, London.
- (1993) "Resilience: Some conceptual considerations", *Journal of Adolescent Health*, Vol.147, London.
- Pichón Rivière, E.: (1986) *El proceso creador*, Buenos Aires, Nueva Visión, 2000.
- Steiner, G.: (1971) *En el castillo de Barba Azul*, Barcelona, Gedisa, 1992.
- Vanistendael, S.: (1993) "Resilience: a few keys issues", *International Catholic Child Bureau*, Malta.

Resumen

El artículo plantea la problemática de la experiencia extrema ahondando en el abordaje de los recursos y potencialidades con las que un individuo o grupo social puede resistirla y superarla.

Plantea distintas cuestiones ligadas al concepto de Resiliencia al que toma como "concepto ventana" para acceder a operadores conceptuales que permiten analizar la problemática del Yo en su encuentro con estímulos potencialmente traumatizantes.

Resalta el hecho de que el análisis y ponderación de los indicadores de resiliencia pone en juego la postura ideológica del investigador y la complejidad de su aparato teórico.

Desarrolla el concepto de *identidad narrativa* como construcción del Yo que le permite articular *pensamiento, sentimiento y acción* en una interpretación del sentido de la situación y de su implicación en la misma de modo tal de rescatarse del potencial arrasamiento.

Palabras claves: trauma; resiliencia; relato autobiográfico.

Summary

This paper examines the problem of extreme experiences, the resources and potentialities with which individuals or social groups resist and overcome, the above mentioned experiences.



It raises questions related to the concept of Resilience, a “frame concept” which is introductory to the researching of the problem of Ego when meeting potentially traumatic stimulus. It is remarkable, that the analysis and pondering of resilience rates, reveals the researcher’s ideology and the complexity of his theoretical device.

The work also considers the concept of “narrative identity” as an Ego construction that allows it articulating, thought, feeling and action when interpreting the meaning of a situation, as well as the ego involvement, so saving itself from being overwhelmed.

Key words: trauma; resilience; autobiographical story.

Résumé.

Cet article pose la problématique de l’expérience extrême approfondissant dans l’abordage des ressources et des potentialités avec lesquelles l’individu ou le groupe social peut la résister et la dépasser.

Il pose de différentes questions liées au concept de Résilience auquel il prend comme “concept fenêtre” afin d’accéder aux opérateurs conceptuels qui permettent d’analyser la problématique du moi lorsqu’il rencontre des stimuli potentiellement traumatisants.

Il attire l’attention sur le fait que l’analyse et la pondération des indicateurs de résilience met en rapport la position idéologique de l’investigateur et la complexité de son appareil théorique.

Il développe le concept d’*identité narrative* comme construction du moi qui lui permet d’articuler la pensée, le sentiment et – l’action dans une interprétation du sens de la situation et – de son implication dans la même, de telle manière de se racheter du potentiel ravagement.

Mots clés: expérience extrême; trauma; résilience; récit autobiographique.

Alicia Gamondi
Gascón 526, 6° “C”
(1181) Ciudad de Buenos Aires
Tel.: 4865-9623
agamondi@netizen.com.ar