

Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo

ADDIMA Asociación para la Promoción y desarrollo de la Resiliencia.

Gema Puig Esteve y Jose Luis Rubio Rabal



El término de *tutor de resiliencia* fue acuñado por Cyrulnik para definir, por lo general, a una persona que nos acompaña de manera incondicional, convirtiéndose en un sostén, administrando confianza e independencia por igual, a lo largo del proceso de resiliencia. (Puig y Rubio, 2010)

“No es dándoles más como se les puede ayudar, sino exigiéndoles más como se les puede fortalecer”.

Así, la impronta del tutor perdurará, convirtiéndose en un manantial para la creación de nuevos vínculos de apoyo. Casi siempre se trata de un adulto que encuentra al niño y que asume para él, el significado de un modelo de identidad, el viraje de su existencia. (Cyrulnik, citado por Rubio, 2006)

Sin embargo, también se dice que un tutor de resiliencia puede encarnarse en una actividad, un interés, incluso algo más efímero como una canción o una película. Esta actividad se convierte en un factor de crecimiento que, a menudo, se proyecta como un camino, que nos pone a salvo y nos reconduce hacia un nuevo desarrollo tras el trauma.

“Frida cada vez tenía menos esperanzas de superar su delicada salud. Los médicos prometían, los corsés se sucedían unos a otros, la atrofia de la pierna derecha empeoraba, volvía la dermatosis de la mano derecha, desaparecida un instante y, a pesar de la ayuda ficticia de los medicamentos o del alcohol, la moral rozaba la desesperación. La única tabla de salvación de todos esos males parecía ser aún la pintura, a la que se dedicaba muchas horas cada día. Los cuadros se sucedieron hasta los años cincuenta, bellos, dolorosos”. R. Jamis. Frida Kahlo. Ed. Circe

Cyrulnik define en ocasiones el “encuentro” con el tutor como fugaz. Uno podría dudar de la importancia vital y reconstructora de algo tan efímero, sin embargo no es necesariamente en el terreno de lo real donde opera la figura del tutor. No es el objeto en sí, sino la representación del objeto, simbolizada una y otra vez, lo que la dota de importancia.

“Cuando a mi padre le diagnosticaron un tumor con tintes malignos todos en casa nos asustamos mucho. A la espera de una prueba concluyente que resolviera mi incertidumbre recordé unos versos de Gil de Biedma, resonaban en mi cabeza una vez tras otra:

*“Que la vida iba en serio uno lo empieza a comprender más tarde
Como todos los jóvenes yo vine a llevarme la vida por delante”...*

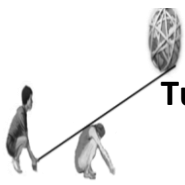
Afortunadamente las noticias abrieron ventanas a la esperanza y yo entendí que era el momento de tomarme la vida con mi padre en serio. Esos versos le dieron sentido a una nueva forma de relacionarme con él y aun hoy, siguen empujándome a pasar tiempo juntos.”

¿Por qué recordamos con exactitud el nombre y hasta las palabras de algunos de nuestros profesores, mientras que nos resulta imposible si quiera recordar el rostro de otros?

Quizás en esta reflexión, que apela a la memoria, a la representación simbólica, encontremos la respuesta a nuestra duda acerca del **poder transformador** de estos encuentros, en ocasiones efímeros.

Entendemos que algunas características definitorias de esta relación o encuentro con el tutor de resiliencia, a diferencia del tutor de desarrollo, podrían ser:

El tutor aparece inmerso y electo de manera no consciente, frente a una adversidad, favoreciendo la reconstrucción.



Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo

ADDIMA Asociación para la Promoción y desarrollo de la Resiliencia.

Gema Puig Esteve y Jose Luis Rubio Rabal



Al igual que al hablar de resiliencia incluimos dimensiones dinámicas vinculadas a la naturaleza de la adversidad, el momento y el contexto en el que se produce, deberemos considerar estas variables al definir la aparición del tutor de resiliencia:

- La “cantidad” de agresión que deba soportarse.
- La cualidad de la agresión: según produzca un mayor o menor grado de afectación vital.
- La previsibilidad de la situación traumática: según esté o no vinculada al ciclo vital.

Así pues ligada a la variabilidad de la adversidad estará la naturaleza de estos tutores.

Mientras que algunos generaran vínculos estables y duraderos, otros sin embargo se verán inscritos en un tiempo y un contexto determinado, aunque no por ello dejaran de producir una huella inalterable en nuestro desarrollo.

Otra de las dimensiones que definen esta relación es que mientras que en la creación de un vínculo, por lo general uno es consciente del proceso, el tutor es elegido, sin que el proceso se haga explícito. Ni siquiera el sujeto inmerso en la adversidad suele tener conciencia del alcance y significado de su elección.

Desde nuestro punto de vista, un tutor de resiliencia administra seguridad y confianza, a la par que autonomía e independencia. Esta seguridad y confianza puede llevarse a cabo a partir del desarrollo de habilidades personales, que se vierten en torno a una actividad o hobby.

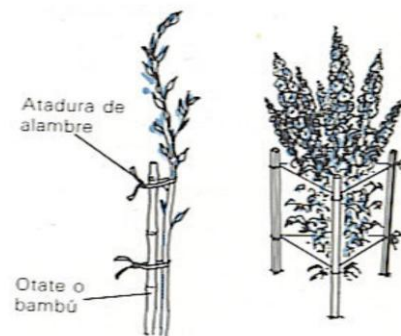
Nos gustaría terminar este apartado con las palabras de Tim Guenard, autor de la obra autobiográfica “Más fuerte que el odio” (2006), un testimonio que pone voz a las ideas que hemos ido desarrollando en este tema:

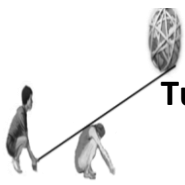
“Crecí queriendo matar a mi padre. Pues bien, ahora quiero a mi padre. Si hoy soy un hombre feliz, con una mujer, cuatro hijos y

amigos, no puedo ser lo que soy sin todo mi pasado. Cuando antes se decía que no era nada, sentía vergüenza. Cuando voy a la cárcel a visitar a los prisioneros, con

frecuencia me dicen lo mismo: que se sienten “torcidos” –no es grave: imagínense que tuviéramos que arrancar de cuajo, en la Tierra entera, todo lo que esté torcido;

dejaríamos de tener vino, aceite de oliva, frutas. Para las cosas torcidas se pone un tutor para que puedan dar frutos-; que se sienten “podridos” –fíjate, una manzana podrida, la tiras y quedan las pepitas. ¿Y qué hay después de las pepitas? Un nuevo árbol que crece, y del árbol nuevo, nuevos frutos”.





Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo

ADDIMA Asociación para la Promoción y desarrollo de la Resiliencia.

Gema Puig Esteve y Jose Luis Rubio Rabal



En el Congreso Europeo de Resiliencia celebrado en Barcelona (2010) tuvimos la oportunidad de escuchar de boca del propio Cyrulnik, un matiz que a nuestro entender, simplifica y aclara este concepto que por el interés que ha generado, ha podido en algunas ocasiones malinterpretarse, entendemos que siempre “ con la mejor intención”. En dicho Congreso Cyrulnik al referirse a los tutores introdujo la distinción entre tutores explícitos e implícitos. Dedicaremos un apartado a desarrollar el concepto de tutor explícito

Tutores explícitos

A menudo se encarnan en las figuras de Educadores, Maestros, Terapeutas, T.S. así como otros profesionales que tienen entre su misión el ofrecer apoyo y sostén, además de animar en el proceso de superación.

Una diferencia obvia es que este tipo de tutores, debido a la posición que ocupan y a su roll profesional, es que son conscientes de la importancia que juegan en el proceso. Digamos que tienen una posición privilegiada, pues frente a ellos , la persona en condición de adversidad, puede ser clara y explícita, pues de partida se comparte buena parte de la información.

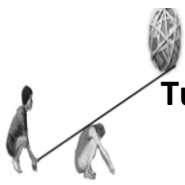
Al tutor se le suponen las competencias profesionales para ofrecer ayuda, si este considera que carece de la competencia para saber que ocurre y que es necesario hacer, o para prestar la ayuda adecuada, es mucho más probable que no tenga conductas prosociales. De esta forma el tipo de de creencias sobre sus habilidades para influir en los sucesos, la conciencia sobre el locus de control interno o externo, la capacidad para generar planes o estrategias, el recuerdo de experiencias pasadas, etc., son elementos cognitivos que también influyen en las conductas de apoyo.

Un tutor de resiliencia, en su roll profesional, estimula la confianza y favorece el establecimiento de un vínculo. Para esto es importante reconocer a la persona más allá del problema por el que llega hasta el profesional. Salir de nuestro roll por unos instantes, al comienzo, al final o incluso en medio de una intervención, sin duda puede favorecer el establecimiento de este tipo de relación.

Para favorecer el ejercicio de este papel resulta imprescindible conocer al otro, saber de sus intereses y de sus habilidades. Estas últimas pueden ser un punto de apoyo muy útil en la reconstrucción de la confianza básica.

Señalar igualmente que la creencia en las posibilidades del otro, desde nuestro roll profesional es fundamental. Las diferencias individuales en el comportamiento altruista se han relacionado también con características personales de carácter cognitivo. Los individuos que tienen un concepto positivo de las personas tienen una mayor disponibilidad para la ayuda que quienes creen que la gente busca siempre su propio provecho (Krebs, 1975)

La confianza básica se genera a través de repetidas experiencias “exploratorias” del mundo. Ya desde la infancia el niño/a explora su entorno, teniendo como referencia una base segura constituida generalmente por un adulto protector y afectivo. El niño puede ir y volver , consciente de que si existe una amenaza el adulto estará cerca. Poco a poco crece la autonomía y las pequeñas exploraciones dan paso a largas



excursiones, que terminan por hacernos seguros de nosotros mismos. En definitiva estas experiencias organizan nuestro mundo, física pero también afectivamente. Frente a una crisis o un acontecimiento traumático, nuestra confianza básica también puede desmoronarse, no digamos ya la de un niño, que todavía está en construcción

“ ... quien ha sufrido la tortura, ya no puede sentir el mundo como su hogar. La ignominia de la destrucción no se puede cancelar. La confianza en el mundo que ya en parte se tambalea con el primer golpe, pero que con la tortura finalmente se desmorona en su totalidad, ya no volverá a restablecerse. En el torturado se acumula el terror de haber experimentado al prójimo como enemigo...” Jean Amery, Más allá de la culpa y la expiación. Tentativas de superación de una víctima de la violencia.

Ayudar a que el mundo recobre su sentido, reordenar el mundo y hacer que al frente de todo esto, este la persona que ha sido traumatizada o dañada es tarea del tutor de resiliencia.

“ Los buenos terapeutas fueron los que realmente dieron valor a mi experiencia y me ayudaron a controlar mi comportamiento en vez de intentar controlarme a mí”. J. Herman, Trauma y recuperación.

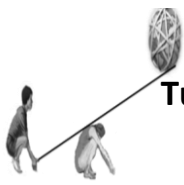
Cómo nace o se hace un tutor de resiliencia

Consideramos que para ejercer este rol, en el que el compromiso y la vinculación juegan un papel importante, no es necesario hacer nada raro ni extraordinario, ni siquiera estudiar este pequeño manual que estamos preparando para vosotros/as. La respuesta es sencilla: **estamos diseñados para vincularnos**. Hoy día la investigación nos ha ayudado a desterrar la creencia compartida de que el hombre es agresivo por naturaleza. Nuestros comportamientos naturales están gobernados por conductas cooperativas, en las que asociarse con el otro resulta adaptativo. Durante miles de generaciones, la selección natural ha beneficiado los rasgos de aquellos progenitores atentos y cuidadosos con sus crías, aumentando la esperanza de vida de estas y por tanto las posibilidades de continuar con esa línea genética.

Al igual que al bombero se le supone el valor, al profesional de la ayuda se le supone la disposición para entender y apoyar al otro. Por nuestro rol profesional, que en algún momento puede definirse como tutores de resiliencia implícitos, no será raro encontrar a personas que estén en situaciones complicadas o incluso dramáticas. Como hemos dicho anteriormente no es necesario hacer nada extraordinario para crear el marco de esta relación:

- Estar presentes y disponibles en los momentos de crisis (esto viene implícito en nuestro rol profesional)
- Mostrar afecto y estar en disposición de recibirlo
- Compartir momentos más allá de nuestro rol profesional.

Todo esto sin duda nos ayudara a establecer un marco que favorezca nuestra intervención. Las personas no sólo necesitan saberse apoyadas, necesitan sentirse apoyadas y saber y sentir no son la misma cosa.



Tutores de resiliencia: Dame un punto de apoyo y moveré mi mundo

ADDIMA Asociación para la Promoción y desarrollo de la Resiliencia.

Gema Puig Esteve y Jose Luis Rubio Rabal



Quede claro pues, que el tutor de resiliencia explicito estaría encarnado en la figura de un profesional de la ayuda bien nutrido de afecto y por tanto en situación de devolver parte del amor recibido. Se trata de una persona con empeño y disposición hacia el otro y sobre todo dispuesta a comprometerse.

Cuando atravesamos una situación que nos desestabiliza necesitamos aferrarnos a situaciones y personas estables, que nos generen confianza. La confianza se construye a través de la constancia y la rutina. En ocasiones suelo utilizar la metáfora del terremoto con las familias, para describir la situación que pueden estar sintiendo los niños, frente a cambios dramáticos, que asolan a la familia:

“Imaginaros por un momento que el mundo, tal y como lo conocemos se viene abajo. Que nuestros seres queridos o desaparecen o no están disponibles para cubrir nuestras necesidades. Que las calles, los comercios y hasta la cafetería de la esquina son lugares en ruinas a los que ya no puedo acceder. No entiendo lo que ha pasado y porque ya mi vida, no es como antes. Por si fuera poco, no sé si volverá a serlo alguna vez. Todos a mí alrededor están asustados y nadie me pregunta como estoy, de vez en cuando la tierra vuelve a temblar.”

Si lo pensamos, seguramente estaremos aterrados de miedo. Necesitaría que alguien escuchara mis miedos, que me calmara intentando poner sentido a lo ocurrido y en la medida de lo posible que calmara mi incertidumbre. Necesitaría volver a reconstruir mi confianza para dejar de sentir miedo ante otro posible temblor. A largo plazo esta persona debería impulsarme, desde la confianza que ha generado, hacia la autonomía.

Dar paso a la independencia

La figura del tutor de resiliencia es opuesta a la dependencia. En realidad el profesional que ocupa ese papel debiera colaborar a reconstruir la seguridad básica, posiblemente dañada frente a una atrocidad, para hacer individuos autónomos.

Al igual que ocurre con el vínculo, tutores y dependencia son contrarios por definición. El tutor con su atención y apoyos garantiza la seguridad de la persona dañada, al menos simbólicamente representa una fuente de confianza, y es partiendo de allí, donde se estimula la independencia para continuar creciendo, explorando sin tutor, pero con los recursos y herramientas necesarios.

Como puede el Tutor estimular el desarrollo de la resiliencia

El tutor debiera ser un profesional que:

- Solvente las necesidades de los niños con aprobación, interés y esfuerzo para que los niños adopten una actitud de compromiso con la realidad
- Han de apoyar al niño sin imponerle ideas preconcebidas sino respetando su individualidad.
- Encomendar al niño tareas que no sean excesivamente difíciles (evitar experiencias de fracaso) ni fáciles (que no creen sensación de reto)
- Desarrollar una actitud de aprender de los fracasos