

«Una infància infeliç no determina la vida»

Si una tragèdia defineix un nen, no serà possible la resiliència

"La resiliència és la resistència que ofereix un cos a la ruptura per un cop i la capacitat humana d'assumir amb flexibilitat situacions límit i sobreposar-s'hi."

Després que els seus pares morissin en camps de concentració nazi i visqués en orfenats, el neuròleg Boris Cyrulnik (Bordeus, 1937) va adoptar el concepte de resiliència i el va aplicar al camp de la psicologia infantil per explicar que qualsevol nen pot tornar a començar després d'haver patit una experiència traumàtica. Per mostrar que cap ferida indica un destí, que un nen traumatitzat no està condemnat a convertir-se en un adult fracassat i que algú que ha estat maltractat a la infantesa no té per què convertir-se en un futur maltractador. Llegim 14 fragments del seu llibre *Los patitos feos* i veiem el vídeo que Albert Alemany ha fet sobre el concepte de resiliència.



Foto: Catorze

1. El primer dels factors de la resiliència és la trobada amb una persona significativa. A vegades

amb una sola n'hi ha prou: una mestra que amb una frase torna l'esperança a un nen, un monitor esportiu que li fa comprendre que les relacions humanes poden ser fàcils, un mossèn que transfigura el patiment en transcendència, un jardiner, un actor, un escriptor, qualsevol persona que converteixi en realitat la idea «Es pot superar». Tot el que estableix de nou el vincle social modifica la imatge que el ferit es fa de si mateix. La idea de «sentir-se malament i ser el dolent» es transforma gràcies a la trobada en un company afectuós que li fa néixer el desig de superació.

2. «Me'n vaig sortir». Se'n sorprenen, els resilents, que després d'una ferida hagin après de nou a viure. Aquest pas de l'ombra a la llum, la fugida del subterrani o la sortida de la tomba exigeix aprendre de nou a viure una altra vida.

3. El final del maltractament no és el final del problema. Trobar una família d'acollida quan s'ha perdut la pròpia no és més que el principi de la qüestió: «I ara què faré?». No perquè l'aneguet lleig hagi trobat una família de cignes s'ha acabat tot. La ferida està escrita a la seva història, està gravada a la seva memòria. [...] S'ha de colpejar dues vegades perquè es produeixi una ferida. El primer cop, el que es rep en la realitat, provoca el dolor de la ferida o l'esquinçament de la carència. I el segon, que és la representació de la realitat, provoca el patiment d'haver estat humiliat, abandonat. «Què faré ara? Queixar-me cada dia i intentar venjar-me o aprendre a viure una altra vida, la dels cignes?»

4. Per curar el primer cop cal que el meu cos i la meva memòria aconseguixin fer un procés lent de cicatriçació. I per atenuar el patiment del segon, he de canviar la idea que tinc del que m'ha passat, he d'aconseguir modificar la representació de la meva desgràcia i de la seva posada en escena, davant dels vostres ulls.

5. Quan els jutges condemnen la víctima, quan els oients són burletes o incrèduls, quan els parents més propers estan enfonsats o es dediquen a fer sermons, la resiliència és impossible. Però si el ferit pot compartir el seu món o fins i tot transformar-lo en militància, en intel·lectualització o en obra d'art, llavors el nen traumatitzat es convertirà en un adult rehabilitat.

6. Quan un nen comença a parlar, el seu món es transforma. A partir d'aquest moment l'emoció s'alimenta de dues fonts: la sensació provocada pel cop rebut i el sentiment provocat per la representació del cop. Això equival a dir que el món canvia des del moment en què un parla, i que es pot canviar el món parlant. [...] Els nens aprenen molt aviat que el simple fet de parlar els convida a triar les paraules per descriure el tràngol. [...] A partir del moment en què un nen pot elaborar el relat de la seva desgràcia, les seves interaccions canvien d'estil i el sentiment que experimenta fa metamorfosi.

7. Un altre factor de resiliència per poder triomfar és la representació del fet traumatitzant a través del dibuix, el relat, el joc o el teatre. [...] L'eficàcia resilient és més gran perquè el nen aconseguix controlar la forma que desitja donar a l'expressió de la seva desgràcia. [...] Aquesta urgència creadora explica el coratge extraordinari dels nens i la seva intensa necessitat de bellesa.

8. El que l'aneguet trigarà molt a comprendre és que la cicatriu mai és segura. És una esquerda en el desenvolupament de la seva personalitat, un punt dèbil que, en qualsevol moment, per un cop de l'atzar, pot obrir-se. Aquesta esquerda l'obliga a treballar sense parar en la seva inacabable metamorfosi. Només llavors podrà dur una vida de cigne, bonica i fràgil, perquè mai podrà oblidar el seu passat d'aneguet lleig. Tot i això, una vegada convertit en cigne, podrà pensar en aquell passat d'una manera suportable. Això vol dir que la resiliència, el fet de superar una situació i, tot i això, arribar a ser bonic, no té res a veure amb la invulnerabilitat ni amb l'èxit social.

9. -La negació: «No creieu que he patit»;

-l'aïllament: «Recordo un fet sense cap mena d'afectivitat»;

-la fugida cap endavant: «Lluita constantment per evitar que retorni l'angoixa»;

-la intel·lectualització: «Com més ho intento comprendre, més domino l'emoció insuportable»;

-i sobretot la creativitat: «Expresso l'innombrable gràcies al recurs de l'obra d'art». Tots aquests recursos psicològics permeten tornar al món quan algú ha estat expulsat de la humanitat.

10. Des dels bombardejos de Londres de 1942, sabem que les reaccions psicològiques dels nens depenen de l'estat dels adults que els envolten. [...] Si en produir-se els bombardejos els nens estaven envoltats d'adults ansiosos, o si la inestabilitat del grup, les evacuacions, les fugides, les ferides o els morts impedièn la creació de guies de resiliència, molts d'aquells nens presentaven trastorns a vegades duradors. Però si estaven envoltats de famílies serenes -cosa no sempre fàcil-, no presentaven cap trastorn psíquic. Fins i tot els nens que estaven sols, lluny dels seus pares, superaven millor aquestes situacions gaudint del meravellós espectacle de les explosions, dels incendis i dels esfondraments dels edificis, que contemplaven enfilats a les teulades. [...] La manera com les figures d'aferrament tradueixen la catàstrofe és el que calma o trastorna el nen.

11. A aquests nens, adults prematurs, els agrada convertir-se en pares dels seus pares. Se senten una mica millor vivint d'aquesta manera, que els priva d'una etapa del seu desenvolupament però els revalora i els socialitza. No els feliciteu per aquesta conducta, perquè avorreixen tot el que fan. Us exposaríeu a fer sabotatge a aquest fràgil vincle. Us semblen graciosos i commovedors perquè són nens. Però l'aparent aplom oculta malestar. Quan s'és desgraciat, el plaer inspira temor. No només no es desitja el plaer, sinó que fins i tot fa vergonya la idea d'obtenir-lo. El nen massa adult descobreix una forma de compromís: s'ocuparà dels altres.

12. Sentir-se responsable de la desgràcia que ens ha passat és un patiment afegit, és un turment que neix de la representació. S'afegeix l'horror de l'agressió real, i aquesta combinació és la que provoca el trauma. [...] Aquest sentiment de responsabilitat, agreujat pel trauma, explica la maduresa precoç dels nens ferits i ens ensenya que els nens massa protegits, a qui els manquen responsabilitats, difícilment desenvolupen un sentiment ètic.

13. El que protegeix un nen i l'ajuda a recuperar-se en cas d'agresió és l'estabilitat familiar i la claredat en els rols paterns que organitzen la bombolla afectiva. [...] La resposta emocional de la família constitueix l'indicador més fiable de la resiliència del nen i de la duració del seu patiment. Les famílies trastornades per l'agressió no ajuden el nen a recuperar-se. Les famílies rígides impedeixen qualsevol possibilitat de resiliència si l'omplen de sermons. En canvi, es nens agredits que s'han recuperat sense seqüeles han comptat amb el suport afectiu i verbal que fa possible la resiliència.

14. Si una tragèdia defineix un nen, no serà possible la resiliència. Però si l'entorn permet que la part sana de la seva personalitat s'expressi i repregui el seu desenvolupament, la ferida es reduirà, per convertir-se més tard, prenent distància, en una taca fosca a la memòria, una motivació íntima per acceptar molts compromisos, una filosofia de l'existència. [...] Un mateix fet traumatitzant pot conduir a un secret, semblant a una espècie de cos estrany incrustat al fons de l'ànima, a una compensació combativa que mai confessarà el motiu de la seva lluita, o a una reflexió enriquidora sobre el sentit de la vida.

Aquest vídeo ha estat fet per Albert Alemany (<https://www.instagram.com/alemanyphoto/>) .
[youtube1x1]<https://www.youtube.com/watch?v=-xVIBPW5BpY>[/youtube1x1]

Boris Cyrulnik

LOS PATITOS FEOS

LA RESILIENCIA

Una infancia infeliz
no determina la vida



DEBOLSILLO *clave*

Los patitos feos <https://www.megustaleer.com/libros/los-patitos-feos/MES-037386>

© Boris Cyrulnik

© 2013, Penguin Random House Grupo Editorial