

Vínculo, confianza y autonomía

EQUIPO DE LA ASOCIACIÓN REALIDADES *

Resumen

Describimos en este artículo el proceso seguido por una persona en su relación con un servicio de atención social. Hemos hecho el intento de transmitir con claridad la comprensión de las características de esta persona, y de cómo hemos pretendido establecer una relación con él que le ayude a romper con su cadena repetitiva de experiencias frustrantes.

Nuestro objetivo último en la intervención fue tratar de reconstruir la confianza de este hombre desde un nuevo vínculo, quisimos transmitir seguridad y estabilidad en nuestro apoyo, que pretendió ser diverso, para que con el tiempo pudiera ir teniendo a su alcance más instrumentos que le posibilitaran reinterpretar sus relaciones y sus propias capacidades y motivaciones, así como ir desarrollando una mayor autonomía.

Abstract

This paper describes the process followed by a person in his relationship with a social assistance service. An attempt is made to convey clearly the characteristics of this person and how a relationship was established with him with the aim of helping him to break his repeated chain of frustrating experiences.

Our final aim in the intervention to try was to rebuild his self-confidence from a new bond. By means of over support we wanted to convey security and stability to him. This support aimed at being integral, in order that he could have at hand new instruments to reinterpret his relationships, his own capabilities and motivations; and in conclusion gaining greater self-sufficiency.

A Concha Rodríguez,
nuestra compañera.

La exposición que ofrecemos en estas páginas trata de reunir los elementos que hagan posible la comprensión de las características de una persona (le llamaremos José) en

relación a su trayectoria vital y de cómo se pudo ir construyendo su peculiar y propia manera de entender sus circunstancias, su identidad, y las relaciones personales, en resumen "su mun-

* La Asociación Realidades viene desarrollando desde el año 1992 un proyecto de atención psico-social para personas sin hogar en la Comunidad Autónoma de Madrid (Proyecto para personas sin hogar), subvencionado por el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales y la Consejería de Servicios Sociales de la Comunidad de Madrid. El equipo profesional del Proyecto está compuesto por los siguientes trabajadores sociales: Arija, Belén; Herrero, Isabel; Lozano, Carmen; Luque, Carmen; Malagón, Santos; Martínez, Rosalía; Vázquez, Ana.

do". Esta cuestión es clave y de referencia básica para nosotros en nuestro objetivo de responder a la petición de ayuda que nos hizo, de un modo u otro, un día hace algunos años.

En consecuencia, también tratamos de ofrecer una manera de entender nuestro trabajo apoyados en la reflexión de los autores y autoras que citamos. Esperando haber conseguido un aceptable grado de coherencia, pasamos a describir este caso práctico de Trabajo Social desarrollado en el Proyecto de Atención a Personas sin Hogar que gestiona la Asociación Realidades.

José se incorpora a nuestro Proyecto en el año 1995, así como al Ingreso Madrileño de Integración. Esta es la segunda vez que acude a solicitar ayuda a nuestro Centro. La primera, aproximadamente un año antes, desaparece tras acordar este apoyo económico.

En el 95, José está alojado en un Albergue en Madrid, y es a través del trabajador social como vuelve a Realidades. Este hecho es significativo, analizado desde el conocimiento que en la actualidad disponemos sobre sus características de personalidad, dado que en su comportamiento es redundante la búsqueda de estabilidad. Una vez que se vincula a un sitio, en este caso a una institución, define su posición en ese lugar, y trata de evitar cualquier interferencia, o nuevos acontecimientos, que se puedan convertir en desestabilizadores del equilibrio alcanzado (como podremos comprobar en la

descripción del proceso de intervención). Comprobamos que podría haber sido él quien acudiese de nuevo a solicitar ayuda, puesto que ya nos conocía, y, sin embargo, esto no ocurrió.

La información que sobre su trayectoria vital tenemos, aunque escasa, nos da señales sobre cuál podría ser el motivo de sus dificultades psicosociales. José nació a finales de los años cuarenta, en una ciudad del norte de África. No conoce a sus padres, fue recogido en un "hospicio", dónde las monjas, que "fueron mis madres" —nos dice—, le atendieron, pasando por diferentes Centros de los que había para menores en esa época en España, hasta que se escapó a la edad aproximada de 12 años. José ha renunciado por completo a tener un mayor conocimiento de su pasado: la identidad de sus padres, la situación de antiguos compañeros. Sus referencias a estos años sirven para confirmar su discurso sobre el origen de sus dificultades; los problemas que ahora tiene son la consecuencia lógica de la ausencia de afecto, de una familia.

Esta "huida" le obliga a sobrevivir. Le acogen en un circo, donde el intercambio es la comida y el alojamiento por trabajo. En el circo aprende, dispone de una referencia, un lugar donde construir su identidad, aunque en su discurso no aparece como un contexto afectivo: "el cariño te lo daban si trabajabas". Su medio de vida y de relación a partir de este momento, hasta que llega a nuestro proyecto, son los circos, las atracciones de feria; todo ello va a definir una trayectoria de itinerancia,

que afecta fundamentalmente a la imposibilidad de mantener relaciones estables y significativas.

José trata de constituir su propia familia, abandona el trabajo en las ferias, busca un lugar de residencia estable, y se propone tener hijos. Encuentra la dificultad de que su compañera, con importantes problemas por el elevado consumo de alcohol —según nos cuenta—, no puede compartir con él este objetivo. Trata de ayudarla a dejar de beber, pero no lo “consigue”. La abandona, por lo que vuelve a los trabajos itinerantes, a la calle y a los albergues.

Es oportuno recordar en este punto el concepto de “base segura” desarrollado por J. Bowlby a lo largo de toda su obra. Se puede resumir de la siguiente forma:

Detrás de toda persona aparentemente “independiente” se encuentra un universo mayor o menor de relaciones constituidas desde la infancia, que proporcionan seguridad, concretamente, la confianza de que en caso de necesidad van a proporcionarnos la ayuda esperada. Siguiendo este planteamiento, podríamos calificar de una manera más rigurosa a estas personas como “multi-dependientes” en lugar de independientes. La seguridad de contar con, al menos, un vínculo de estas características es lo que infundiría la estabilidad emocional necesaria para desarrollar una vida autónoma. Por el contrario, cuando estos vínculos no existen o están rodeados de un halo de inseguridad, pueden constituir un déficit en la

estructura de la personalidad que impediría el desarrollo emocional y afectivo necesario, o incluso sedimentarían una sensación permanente de amenaza o temor al abandono que impregnaría todas las relaciones que se constituyeran en la edad adulta (cfr. Bowlby, 1986 y 1988).

— La comprensión que podemos hacer del caso partiría, siguiendo el concepto de “base segura”, de los siguientes elementos:

— En su infancia José no estructura su personalidad sintiendo la seguridad de unos vínculos estables. Aunque en un principio se podría pensar que las monjas que lo recogen constituían esta función, el constante traslado de Centro que vivió, y el dato, dado por él, de no mantener posterior contacto con ellas, nos habla de una falta de confianza básica por parte de José en que pudieran ser un referente de ayuda, de estímulo para el crecimiento y desarrollo personal.

— Cuando ya inicia una vida en solitario, viviendo de su trabajo, tal como él refiere, el reconocimiento y afecto que obtiene están basados en función de su capacidad de trabajo, de su rentabilidad. Esto nos vuelve a situar en un contexto donde la maduración psicológica de José cuenta con el déficit de vínculos que aporten estabilidad y confianza.

Se decía al principio cómo la conducta de José responde generalmente al intento de encontrar una estabilidad emocional. Debido a esta necesidad, siente la obligación de responder a la

expectativa de quien le ofrece la posibilidad de relación, puesto que su máximo objetivo es encontrar la aceptación de los demás. Así ocurrió en el inicio de la relación profesional cuando José aceptó la propuesta de participar en un proyecto de empleo para, inmediatamente, abandonarlo. Su actitud es igualmente comprensible si analizamos el contexto de la relación y la situación social de personas que, como él, carecen de domicilio, de medios económicos propios y de relaciones cercanas, en la que parece requisito imprescindible que el primer objetivo que se propongan sea encontrar un empleo.

Parece, por lo dicho hasta ahora, que todo esto guarda coherencia con el planteamiento general. José necesita apoyarse en espacios que le proporcionen estabilidad. Esto es manifiesto en su participación en distintas actividades. Su estancia en el Centro, en el espacio que llamábamos Sala Abierta, llegó a constituir para él el lugar al que de forma cotidiana e invariable asistía. Desde este lugar empezó a configurar una serie de ocupaciones que le proporcionaban un rol con cierta protección ante los demás.

Empezó a desarrollar una faceta inédita: el dibujo. Con esta nueva afición escasamente explorada con anterioridad, se incorpora a un grupo de actividades manuales. Pronto empieza a sentirse orgulloso de sus logros y espera la confirmación por parte del equipo de profesionales del Centro de su valía.

Un hecho que desarrollaremos más adelante, pero que coincide en el

tiempo, es que accedió con un compañero a una vivienda con el apoyo del proyecto.

Tanto en un caso como en el otro se pudo apreciar cómo cualquier gesto que él podía entender como desaprobación o cuestionamiento de sus actitudes, era vivido como una descalificación global a su persona. En estas ocasiones desarrollaba conductas que pretendían una respuesta que le volviera a colocar en la posición que creía perdida en la relación.

Todo esto supone una gran dificultad en la relación de ayuda cuando se intenta orientar esta relación hacia el cambio. Es decir, cuando se busca que la estabilidad que alcanza sirva para avanzar en el proceso de ir consiguiendo mayor grado de autonomía. Es en este momento cuando reaparece su temor a la pérdida del equilibrio y en definitiva del vínculo que le está dando razón de ser, le está dando identidad.

La inseguridad con la que afronta José las relaciones personales nos muestra la existencia de unas conductas que se repiten. Cuando observa reconocimiento y aprecio, se aferra al vínculo reclamando permanentemente esa respuesta de aceptación. En grupo, esta tendencia se expresa en el intento de que el coordinador o coordinadora le reconozca como "el preferido". Igualmente demanda un aprecio indiscriminado a todos cuantos trabajos y tareas realiza.

Esto, lógicamente, es fácilmente vivido por los coordinadores como una amenaza permanente de herir la auto-

estima y el propio proceso de José. Si se cayera en la "trampa" emocional planteada, *entraríamos en una espiral absolutamente irreal, cuyo único resultado sería la benevolencia con sus pretensiones narcisistas, que dificultarían el desarrollo de una relación adulta que él también es capaz de llegar a incorporar.*

Es por ello que se le intenta transmitir un reconocimiento traducido en respeto, pero también, desde el principio de realidad, un apoyo a su progresión. Por ejemplo, en el aprendizaje de actividades que en ese momento inicia, *por lo importante que parecen ser para él, no para nosotros.*

Sucede alguna vez que ante ciertas frustraciones por no ser reconocido con afecto, y en esa condición de favorito que reclama, desarrolla algunos episodios de llamada de atención, pero que con el tiempo se superan. Se superan porque va descubriendo que no es necesario estar tan pendiente de nuestra relación con él, ni en prevención de supuestas amenazas de desconsideración o rechazo. Se le intenta transmitir seguridad y estabilidad en nuestra relación con él y, por consiguiente, en la ayuda que le podemos prestar, *independientemente de su valía personal en aquello que hace.*

Los profesionales de ayuda corremos a menudo el riesgo de utilizar nuestra relevancia, cuando no poder, para condicionar esa misma posibilidad de ayudar a la correspondencia del cliente con unas características personales y relacionales estereotipadas en

un "ideal de cliente" fantaseado. Esto, en el mejor de los casos, conduce a procesos de cambio supuestamente muy llevaderos para el profesional por la actitud colaboradora del cliente, pero falsos para esta persona porque responden al deseo del profesional y no al suyo propio.

De igual modo, el proceso puede desarrollarse a la inversa. José, quizá por su temor al rechazo, colocaba todas sus iniciativas en el deseo de agradar, de ser aceptado y valorado. Independientemente de lo que podría haber de cierto en su percepción (siempre mostramos de algún modo y en algún grado nuestras afinidades e intereses), intentábamos que el valor a sus acciones se definiera en función de sus propias motivaciones e ilusiones.

Como fase especialmente rica en la trayectoria de José, recordamos la que mencionábamos antes en su estancia en un piso compartido. Este piso se apoyó desde el principio por el proyecto y pretendía responder a una necesidad de estabilidad para poder desarrollar, con mayor seguridad, otras facetas personales como la ocupación y el empleo.

José vivía al compañero con el que acordó inicialmente la convivencia, con una importante admiración. Su pretensión era alcanzar, a través de esta convivencia, una relación de amistad.

Pronto, las exigencias en cuanto a ese objetivo fueron dando su resultado y provocaron una crisis de desconfianza y desánimo al comprobar que, aún siendo la amistad una intención com-

partida, se producían constantes decepciones.

Recordando lo que D. Howe nos dice sobre las personas angustiosas y ambivalentes en contraste con las que llama adultas seguras, encontramos que “desean tener relaciones íntimas pero no pueden fiarse de la otra persona. Constantemente buscan aprobación y alivio; también temen e intentan evitar el rechazo. Por consiguiente, están alerta y se muestran hipersensibles a cualquier signo de desaprobación por parte de otros. En consecuencia, buscan las relaciones íntimas con otras personas, pero éstas provocan sensaciones de incerteza —‘quiero ser amado pero tal vez seré ignorado, abandonado y herido’—. Esta incerteza produce sentimientos de ambivalencia, y de ahí que la figura de vínculo sea a menudo ofendida aun siendo deseada”. Más adelante sigue diciendo: “El individuo pegajoso, posesivo y celoso a menudo ahuyenta a la pareja, lo cual parece confirmar la expectativa del modelo mental que afirma que los otros son poco fiables y rechazantes” (Howe, 1995: 151).

Mostraba José, también en aquella época, muy poca confianza en sus propias posibilidades para prepararse su propia comida, pero estaba absolutamente centrado en que tanto el vecindario como los propietarios de la vivienda de la que era inquilino no tuvieran ni una sola queja de su celo por la limpieza y conservación del piso. Así consiguió hacer de aquella casa un auténtico lugar de cobijo donde pasaba la mayor parte del día.

Afortunadamente, el paso del tiempo y el respeto a su propio ritmo de cambio han facilitado una relación entre él y nosotros que ha ido de la neutralidad a la confianza, de la prudencia al apoyo y al estímulo, del apego a la progresiva autonomía.

José superó aquel grupo de manualidades en el que empezó a desarrollar su faceta creativa y ahora se encuentra en un taller de artesanía a punto de poder vivir de sus trabajos. Mantiene una relación con su compañero de piso basada en el respeto y la sinceridad aunque no estén de acuerdo en todo. Se cocina su propia comida y se ocupa sólo de una parte de las tareas domésticas. Ha pasado de las llamadas de atención a la autocrítica y a la auto observación. Los sentimientos persecutorios se van transformando en reflexión.

Han sido claves en todo este proceso cuestiones, entre otras, como el permanente señalamiento y apoyo a sus muy importantes facetas más sanas; la importancia de haber dispuesto de distintos contextos de relación (individual, grupal, ocupacional, de alojamiento y convivencia) para, desde una proximidad y cercanía, haber podido participar en sus distintas experiencias. También ha resultado imprescindible la coordinación con los demás servicios que le han atendido, intentando estrechar todo lo posible la correspondencia entre los enfoques de trabajo y la comprensión de su situación.

Podemos decir hoy en día que José no es autónomo, pero, siguiendo

el concepto de Bowlby, es más multidependiente que nunca. No tiene resueltas sus incertidumbres pero ha desarrollado más su parte sana y dispone de más opciones y referencias para interpretar sus experiencias. Sigue esperando mucho de los demás, pero está más satisfecho de sus relaciones y de sí mismo.

Pasamos a continuación a resumir y completar las premisas desde las que intervenimos y los supuestos teóricos con los que hemos tratado de comprender el caso que hemos expuesto:

El enfoque psicosocial es nuestro punto de partida a la hora de abordar la atención que prestamos. La definición que dan T. Zamanillo y L. Gaitán nos es útil: "En las interacciones del hombre con su medio surge una relación problemática que obstaculiza el desarrollo de aquel. En la génesis de ese problema se encontrarían fenómenos estructurales; tanto de la estructura social (...), como de las estructuras de la personalidad (...). El cruce de ambas estructuras nos sitúa en el nivel psicosocial o sociopsicológico en el que se interna el trabajo social. La vivencia personal de estos fenómenos se refiere a la experimentación de los mismos por el propio individuo que se enfrenta a ellos" (1991: 71).

Desde esta perspectiva la intervención se centrará necesariamente en un apoyo que tenga en cuenta ambas estructuras y su intersección. En la intervención psicosocial la relación y la comunicación son las principales herramientas de las que dispone el profesional en su trabajo de apoyo y búsqueda

de un nuevo equilibrio. Cuando hablamos de apoyo incluimos el apoyo práctico o material. La propia información sobre proyectos y posibilidades incorpora una medida terapéutica en tanto que facilita poder elegir, proporciona un sentimiento de control sobre el medio. Todo esto no tendría valor si a ello no unimos un apoyo que recoja los aspectos emocionales, que ofrezca la posibilidad de confiar en una persona, de tener seguridad, de sentirse comprendido y reconocido en la capacidad y responsabilidad que cada uno tiene. En la vida de cada uno de nosotros estos apoyos los obtenemos y ofrecemos a través de nuestras propias redes sociales, pero en estas situaciones es el profesional y el servicio el que, ante su inexistencia, debe proporcionarlos.

Retomando a Howe y siguiéndole casi al pie de la letra las respuestas están englobadas en tres categorías básicas: comprensión, apoyo y psicoterapia, entendidas de la siguiente forma:

a) *Comprensión*: Nos permite entender qué está ocurriendo, por qué el otro no responde y evoluciona ante nuestras propuestas, incluso cuál es el significado de reacciones no previstas. Permite no sentir y vivir las dificultades y resistencias del otro como amenazantes y descalificadoras de nuestra propuesta profesional, incluso de nuestra persona. Los planes racionalmente acordados, con objetivos definidos, tareas precisas, no son siempre válidas para todas las personas que atendemos, lo que no nos debe situar en la idea de que es el otro el que no quiere cambiar, ni en la posibilidad de aban-

donar/cerrar el caso. Si el trabajador social, aún en estas situaciones de mayor dificultad, de riesgo, se mantiene como una persona en la que confiar, asequible, está proporcionando una base para el desarrollo de actitudes más positivas en el otro, está confirmando la existencia de una base segura en la que apoyarse para superar las dificultades. Comprender a los demás proporciona una base para sentirse reconocidos y valorados.

b) *Apoyo*: La ausencia del mismo interviene en los sentimientos de soledad, depresión y desesperación, su presencia hace aumentar la autoestima y alivia la angustia. Se trata tanto de apoyo práctico (ayuda económica, facilitar el acceso a una vivienda, etcétera), como emocional (ofrecer la posibilidad de confiar en una persona, ser asequible, ser reconocido, valorado y aceptado). También lo podemos diferenciar como reconocimiento del estatus, que ayuda a estimular la confianza, y se consigue accediendo a un empleo, una posición social u otras oportunidades; la información da conocimientos y recursos, ayuda a sentir que uno controla sus experiencias, facilita poder elegir; y se obtiene "compañerismo social" mediante las gratificaciones de la amistad, de compartir actividades, etcétera.

Estos apoyos los proporcionaría la red social del individuo, pero también han de ser fomentados por el trabajador social.

c) *Psicoterapia*: Es una buena referencia para el trabajador social que en contextos terapéuticos puros se pretende proporcionar un vínculo de seguridad que permita expresar sentimientos y angustias, reflexionar sobre las situaciones relacionales habituales, analizar el vínculo terapeuta-cliente, enlazar las experiencias actuales con las pasadas, finalmente enlazar el pasado con las reacciones presentes y tratar de reformar los modelos, buscar una alternativa más saludable para las relaciones. (Howe, 1995: 240-255)

Bibliografía

- BOWLBY, J. (1986). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Ed. Morata.
- BOWLBY, J. (1988). *Una base segura*. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Paidós.
- HOWE, D. (1995). *La teoría del vínculo afectivo para la práctica del trabajo social*. Paidós.
- ZAMANILLO, T. y GAITÁN, L. (1991). *Para comprender el trabajo social*. Editorial Verbo Divino.

Equipo de ASOCIACIÓN
REALIDADES