

## La gestión emocional del vínculo

### La palabra como herramienta: de la contención al abrazo

José Manuel Vara Fernández.

Auxiliar de Tutela. Lluís Artigues – Fundació Tutelar.

*“Sois la representación física de la incapacidad de una persona”*

Teresa Aragonés, supervisora de Lluís Artigues - Fundació Tutelar

Los profesionales del ámbito tutelar estamos sujetos a muchas presiones, ya que los recursos son limitados y en nuestra vida también estamos sometidos a contradicciones. En este escenario, uno debe intentar establecer un vínculo que genere un espacio relacional adecuado.

*“Un vínculo (del latín vincŭlum) es una unión, relación o atadura de una persona o cosa con otra. Por lo tanto, dos personas u objetos vinculados están unidos, encadenados, emparentados o atados, ya sea de forma física o simbólica. La noción de vínculo suele utilizarse para nombrar a la especie de cadena invisible que existe en la relación cercana entre dos personas”*

Julián Pérez Porto y María Merin

**A**nivel laboral, en mi vida actual estoy diagnosticado como profesional de la salud mental. Un ámbito que nos afecta a todos, ya que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) una de cada cuatro personas sufrirá algún tipo de trastorno mental a lo largo de su vida.

Voy a decir en mi defensa, y en la de mis compañeros de Lluís Artigues – Fundació Tutelar, que estoy encantado con mi trabajo y que asumo, en plena conciencia de mis actos, la decisión personal que implica asumir la conciliación entre estos dos elementos aparentemente contradictorios.

Por un lado, el encargo estrictamente profesional que me hace la institución a la que represento como auxiliar de tutela. Por otro, el rol profesional que me solicita la persona que es objeto de una situación de incapacidad jurídica. Es decir, la persona con la que tengo que intentar establecer un vínculo para que ambos generemos una aproximación lo más natural posible, que provoque un espacio relacional adecuado, para poder trabajar la situación que vive una vez se le ha diagnosticado un problema de salud mental. Una situación que ha provocado al mismo tiempo la relativización del valor de su voluntad.

Nosotros, los profesionales del ámbito tutelar, estamos sometidos a muchas presiones en nuestra parcela personal. De hecho, en ocasiones, se me ha oído decir aquello de *nosotros no tenemos diagnóstico porque no vamos al psiquiatra*. Y, en mi fuero interno, pienso que es así.

Recuerdo aquel momento mágico en el que tuve mis primeros contactos como alumno en prácticas de auxiliar de psiquiatría en un centro de día en Badalona, cuando uno de los usuarios me preguntó: *¿Tú eres de ellos o de nosotros?*, a lo que yo dejé caer aquello de: *¿tú que piensas?* Su respuesta fue lo que me llevó a pensar que el vínculo es algo natural, algo espontáneo, algo que surge entre las personas. El vínculo es ese espacio de comunicación sincero que se genera por la humildad y el respeto mutuo de los actores que intervienen en la relación entre profesional y usuario del ámbito de la salud mental, es decir, dos personas que, básicamente, intentan responder a las demandas del que quiere o necesita ser escuchado.

¿Quién no necesita ser escuchado? ¿Quién no necesita que le escuchen? Hay muchas cosas que necesitan ser exportadas hacia fuera, hacia otros, hacia los demás, eso que implica explicar lo que estás viviendo en este preciso momento. Es en este punto cuando se cumple la expectativa de que no hay tantas diferencias entre profesional y usuario, ya que ambos están sometidos a las mismas contradicciones y problemáticas de una sociedad que los rodea. Una sociedad que ya no es tan acogedora como lo fue en aquel momento en que la comunicación era la norma para solucionar cualquier tipo de conflicto, de carencia afectiva, de necesidad del otro, ya que, por defecto, somos seres sociales.

Somos seres que necesitan comunicarse, ya que somos los únicos animales de este planeta dotados con el privilegio del lenguaje, pero que al mismo tiempo nos vuelve vulnerables hasta el extremo de que necesitamos el vínculo como herramienta básica para evitar el vacío, el abandono, el desapego, el maltrato, las carencias afectivas, el fracaso al que nos vemos expuestos desde el

*“No hay tantas diferencias entre profesional y usuario, ya que ambos están sometidos a las mismas contradicciones y problemáticas de una sociedad que los rodea”*

mismo momento de nuestro nacimiento, tanto usuarios como profesionales del ámbito de la salud mental, ya que, en el fondo, al ser los únicos animales dotados con el privilegio del lenguaje somos deficitarios en afectos, en instintos.

### Un vínculo sincero, natural y humano

El profesional de salud mental es un ser humano con su particular bagaje de contradicciones y fragilidades personales que, al mismo tiempo, está escuchando el sufrimiento de la persona diagnosticada que tiene enfrente, esa persona que se abre en canal y expone de forma explícita sus sufrimientos más extremos, ya que, en el fondo, no tiene nada más que perder.

*"Confrontarse con situaciones de difícil o nula resolución, que nos llevan a una especie de simbólico desgarramiento interior que, como profesionales, es muy duro asumir"*

A veces, esto es muy difícil de soportar, ya que es complicado asumir la propia impotencia o la angustia que genera lo que te explica la persona y la falta de recursos que le puedes ofertar tanto a nivel personal como institucional y social. Esto implica confrontarse con situaciones de difícil o nula resolución, que nos llevan a una especie de simbólico desgarramiento interior que, como profesionales, es muy duro asumir. Se trata de un tipo de derrota que, a fin de cuentas, nos vuelve a situar en aquel punto que nunca debimos dejar como referente de una perspectiva emocional interior. Aquella que señala que no eres humano hasta que te derrotan.

Quizá sea este el lugar donde poder poner la primera piedra simbólica de un vínculo sincero, natural y humano. Ese punto donde nos miremos a los ojos, donde la comunicación cobre sentido de nuevo, donde el abrazo sustituya a la contención, donde la persona con sufrimiento mental note la caricia de la escucha activa, donde el interlocutor sea cómplice de la plena toma de conciencia de su situación y de que todo lo que se genere desde ese mismo momento sea una participación dinámica y

consensuada en líneas de intervención basadas en la recuperación.

La recuperación del poder de decisión, la recuperación basada en la autonomía personal aceptando los errores que se puedan seguir cometiendo, ya que los errores son parte del proceso de aprendizaje, del suyo y del nuestro. Y me quedo con aquello de que no eres humano hasta que derrotan, porque después lo que toca es crear cosas mejores, donde la reivindicación de lo positivo es lo que realmente tiene sentido y donde la palabra como símbolo, como motor de cambio, como herramienta de consenso, nos lleve desde políticas basadas en la contención a lugares donde se respire limpio y donde el abrazo sea terapia necesaria, ya que el abrazo, el contacto cuerpo a cuerpo, la mirada a los ojos y la empatía son parte vital de la lo que damos en llamar gestión emocional del vínculo.




---

### Referències bibliogràfiques

- Documento digital del proyecto ADEMM (Asociación d'usuaris de salut Mental de Catalunya: Concienciación y empoderamiento de los usuarios. Divulgación de sus opiniones).

- 
- La Càpsula: [El treball des del model de recuperació en salut mental](#)
  - La Càpsula: [La salut mental de las personas en situación de sinhogarismo](#)
  - Entrevista: ["El nostre objectiu és apoderar la persona tutelada perquè recuperi la seva autonomia"](#)
  - Vídeo: [Històries de Vida: "El vincle és la condició humana que m'ha retornat la dignitat"](#)
  - Web [Lluís Artigues – Fundació Tutelar](#)

- Llegeix més articles a "**La Càpsula**"

Pg. de Montjuïc, 18. 08004 Barcelona | Tel. 93 324 88 91  
[info@fla.cat](mailto:info@fla.cat) | [www.fla.cat](http://www.fla.cat)

---