

Boronat, Carlos

Crisis, la presencia del límite. Actitud del terapeuta ante el suicidio

II Jornada de Intercambio Académico y de Investigación, 2012
Facultad de Psicología y Psicopedagogía - UCA

Este documento está disponible en la Biblioteca Digital de la Universidad Católica Argentina, repositorio institucional desarrollado por la Biblioteca Central "San Benito Abad". Su objetivo es difundir y preservar la producción intelectual de la Institución.

La Biblioteca posee la autorización del autor para su divulgación en línea.

Cómo citar el documento:

Boronat, C. (2012, octubre). Crisis, la presencia del límite : actitud del terapeuta ante el suicidio [en línea]. Presentado en *Segunda Jornada de Intercambio Académico y de Investigación*, Universidad Católica Argentina, Facultad de Psicología y Psicopedagogía, Buenos Aires, Argentina.

Disponible en <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/ponencias/crisis-presencia-limite-actitud.pdf> [Fecha de consulta:]

Crisis, la presencia del límite. Actitud del terapeuta ante el suicidio

Boronat, Carlos

Resumen

El suicida está en el delgado filo del puente a la vida, cualquier movimiento brusco, grosero o apresurado, puede producir el desequilibrio. Ese delgado filo se llama límite. Las crisis y el límite se llaman mutuamente. Quien está en situación de crisis está en situación límite, Y cuando esta crisis es por la vida misma, es la vida misma la que hay que resolver. El escape está casi bloqueado y la rendija por la que percibe la salida debe ser aprovechada al máximo. Esta descripción no puede ser técnica, como no es nada de lo humano a riesgo de que sea incompleto. Pues más allá de todos los requerimientos técnicos, del terapeuta comode la adecuación de los servicios en los que se dé la tarea, mucho más importante y como fundamento primero para que ésta se realice con éxito, importa más que nada la *disposición personal* como verdadero punto de partida en los momentos críticos.

Para situar a la crisis en el lugar desde donde quiero destacarla y en su relación inevitable con el límite, voy simplemente a grandes rasgos a recordar, los momentos de lo que yo llamo "Proceso Suicida", es decir los momentos que se concatenan de tal forma para que se constituya un proceso que inevitablemente conforma la línea de sucesión que culmina con el acto suicida.

Este proceso comienza con cualquier Acto cotidiano, que se transforme en un Problema en la medida que presenta dificultades para su realización. Se convertirá luego en uno o varios Conflictos. Si persiste su dificultad y si se ensamblan de determinada manera darán lugar a una Crisis; ésta a Fantasías Negativas, de Huída, de Muerte hasta provocar como desesperada solución un Intento suicida y luego el Suicidio propiamente dicho.

Esto significa que en mayor o menor tiempo transcurrido, entre una situación cotidiana y el suicidio, si éste sucedió, antes seguramente se dieron los pasos previos que mencionamos.

Pero es en la crisis el lugar en que el suicida comienza a entregar su vida, es en la crisis cuando comienza a interrumpirse abruptamente el proceso creador que comenzó alguna vez.

Hay quienes prefieren presentar a las crisis como un desequilibrio que comienza a acontecer entre los equilibrios de nuestros cambios, permanentes pero a mi juicio es más adecuado presentarla como una caída, como un cambio abrupto, pues entonces se comienza a buscar durante la caída misma, un nuevo estado que nos estabilice y detenga ese vértigo en descenso.

Las crisis por definición son intensas, totalizadoras, nos embargan casi absolutamente, el Yo que es el que la sufre, está completamente tomado por ella y confundido con el mismo objeto de su dolor. El sujeto se ha convertido en el problema mismo y piensa que destruyéndolo se liberará de él. Así vive la dolorosa liberación elegida un suicida, con el hecho de lograr la propia destrucción de sí mismo.

Si bien la crisis toma todo lo que está puesto en juego, en la crisis suicida, la vida misma está cuestionada por insoportable. La crisis del suicida consiste en decidir no cómo sigue su vida de ahora en más, sino si quiere seguir viviendo.

En este momento, frente al suicida no hay opción, los ruidos seacallan y los argumentos se terminan definitivamente. Nos enfrentamos, entonces con otro campo de crisis, decisión según su etimología griega.

El suicidio no es lo buscado, una vez mas lo sostengo, sino que lo que se busca es no sentir lo que sufre tan dolorosamente.

Pero ahora, lo que siente dolido es el sí mismo, su consciencia sabe que le duele su propia vida. Tan identificado con el problema, con la situación desesperada está que no ve otra posibilidad que "sacarse de sí mismo" para no sentir más.

En esta situación es casi imposible que él mismo pueda encontrar, como quien está hundiéndose en la arena movediza, "algo fijo" para poder prenderse fuerte y salir. Debe ser rescatado.

La presencia como tal, es siempre fuerte, significativa e irrumpe en el otro haciéndole llegar profundamente la esperanza del encuentro, el fin de la soledad.

Luego de que decida vivir, veremos cómo ayudarlo. ¡Que paradójico! En estos casos primero hay que ofrecer la ayuda, después se verá en qué consiste. La encontraremos juntos, pero para encontrarnos juntos es necesario que alguno se

acerque. Y no se acerca lo suficiente uno a otro sólo con el pensamiento o la intención, sino con todo lo que uno es. Esto es lo más cercano que tenemos todos; lo que somos. Esto es lo que nos hace común: el dolor, la angustia o la esperanza. Antes que nada, la invitación a que se disponga a escuchar nuevamente, como quien debe abrir los ojos a la luz, luego de permanecer mucho tiempo en tinieblas. Esa llamada, deberá ser desde nuestra interioridad más profunda de persona riesgosamente expuesta en nuestra presencia total. Hay que correr el riesgo de que el otro, de quien estamos sintiendo su dolor por nuestra propia decisión, se escape y nos deje su sufrimiento, casi para que lo guardemos cuando él no esté. O en cambio que también él, desde adentro, profundamente escondido donde se encuentra comience a escuchar y a ofrecernos un gesto de respuesta a la ayuda ofrecida.

El suicida está en el delgado filo del puente a la vida, cualquier movimiento brusco, grosero o apresurado, puede producir el desequilibrio. Ese delgado filo se llama límite. Las crisis y el límite se llaman mutuamente. Quien está en situación de crisis está en situación límite, Y cuando esta crisis es por la vida misma, es la vida misma la que hay que resolver. El límite aquí, es casi absoluto. El escape está casi bloqueado y la rendija por la que percibe la salida debe ser aprovechada al máximo. Sigamos jugando con las palabras y es mi intención explícita hacerlo así, pues esta descripción no puede ser técnica, como no es técnico nada de lo humano a riesgo de ser incompleto.

Pero más allá de todos los requerimientos técnicos, tanto del terapeuta como del voluntario y de la adecuación de los servicios en los que se de la tarea, mucho más importante y como fundamento primero para que ésta se realice con éxito, importa más que nada la disposición como verdadero punto de partida en los momentos críticos.

El terapeuta o quien reciba a la persona en crisis debe hacer el esfuerzo suficiente para que en éste se detenga su proceso crítico, exprese los afectos y emociones que le despierte el problema y su decisión de matarse, y al mismo tiempo ayudar a la simbolización para que pueda orientarla de una manera instrumental con la situación que originó su pedido de ayuda.

Sea quien fuese que realice esta contención, siempre es una tarea asistencial. Probablemente haya una relación directa entre la convicción del que asiste, en su capacidad de ayuda y en la certeza de que podrá ponerse por debajo del que lo

reclame (esto es "soportarlo", pues él no lo puede hacer por sí mismo) y el éxito que juntos obtendrán. Y si no es así, si no está convencido, si le asusta la presencia cercana de la muerte, entonces no posee las mínimas condiciones para que, por sobre esto, la técnica y la capacitación completen el resto.

También allí está nuestro límite, donde el suyo no se abre a nuestra intención.

El significado del concepto límite es "sendero entre dos campos"; linde, borde, término. Y la crisis nos presenta estos dos campos limítrofes: el del suicida que huye hacia adentro de su soledad y el nuestro, que nos impide superar aquello que por definición es imposible. Los límites no se superan nunca, pues son justamente la frontera hasta donde somos y podemos, el borde de nuestras posibilidades y el término de nuestras capacidades. Pero sí se pueden trascender esos límites, con nuestra intención, con nuestro llamado fuerte hasta alcanzar el lugar donde el suicida se refugie.

Podremos acercarnos desde lejos con nuestro deseo de que siga viviendo, pero es necesario que él escuche y responda.

Los límites nos separan y nos acercan. Para cada uno en su lugar y dentro de cada terreno, todo es posible, de un modo personal e inagotable. Las crisis nos ponen en una situación inevitable de la necesidad del otro, es la conmoción que necesitamos para llegar a la frontera donde siempre, siempre, comienza un nuevo campo.

Nadie sabe ni decide cómo reaccionará ante una crisis, ya sea vital o accidental. La respuesta tiene que ver con el tipo de personalidad, la experiencia acumulada y su actitud ante el mundo, a lo que se agregarán situaciones inconscientes que incidirán en los momentos de resolución. Todo esto conforma los recursos potenciales del suicida a la hora de su crisis y del encuentro.

La flexibilidad de la persona, es decir su índice de salud, así como su decisión para pedir ayuda constituyen uno de los recursos más valiosos a la hora del salvataje. Recordemos que no es tan definitivo el hecho que causa el trauma o las circunstancias que llevan a una crisis, sino la persona en quien estos se den, es siempre ella la que, en interjuego con los sucesos que sean, configura que el resultado sea fatal, lamentable o renovador de sentido y fortalecedor.

No está demás recordar algunas orientaciones siempre válidas en casos de atención crítica; ser conscientes de que la persona está en un momento de alta sensibilidad y sugestionabilidad, por lo tanto la intervención debe ser bien regulada y orientada

dado el poder con que se cuenta en ese momento; que trivializar la situación a menudo enoja y precipita una decisión; que a menudo la orientación de la asistencia debe tener en cuenta las capacidades que hay que reforzar; es necesario reforzar la autoestima; es importante estimular la autoconfianza; mostrar el problema, explorar situaciones previas, las habilidades de resolución, planeamiento de estrategias posteriores, etc., etc.

Pero además y por sobre todas estas indicaciones, el asistente tiene en sí mismo los recursos que deberá emplear en el momento indicado. La connaturalidad de ser personas le permite que recurra al conocimiento de sus propios procesos para ayudarlo a comprender y a reaccionar mejor ante la solicitud.

Es necesario entonces reforzar la esperanza más allá de quien lo ayuda y restituir una nueva posibilidad en el necesitado. Sin promesas, pero con confianza, ya no en la ayuda sino en sí mismo, pues él ha ganado la batalla, la ayuda fue posible porque en el que la pidió estuvieron presentes las condiciones para recibirla.

La vida nuevamente continúa en la vida.

Bibliografía

Guardini, Romano (1997). *Las etapas de la Vida*. Editorial Palabra.

Frankl, Viktor (1946). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

Boronat, Carlos. *Desesperación y Suicidio*.

Rojas, Enrique (1978). *Estudios sobre el suicidio*.