

Boris Cyrulnik

Los patitos feos

La resiliencia: una infancia infeliz no determina
la vida

Traducción de
Tomás Fernández Aúz y Beatriz Eguibar

Herder

Título original: Les vilains petits canards
Traducción: Tomás Fernández Aúz y Beatriz Eguibar
Diseño de la cubierta: Melina Belén Agostini

© 2001, *Éditions Odile Jacob, París*
© 2025, *Herder Editorial, S. L., Barcelona*

ISBN: 978-84-254-5274-1

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro de Derechos Reprográficos) si necesita reproducir algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com).

Imprenta: Sagràfic
Depósito legal: B-7911-2025

Impreso en España – Printed in Spain

Herder
www.herdereditorial.com

ÍNDICE

¿QUÉ ES LA RESILIENCIA?	15
PRÓLOGO A LA NUEVA EDICIÓN	19
INTRODUCCIÓN	23
• Cuando uno está muerto y surge el oculto tiempo de los recuerdos	24
<i>El fin del maltrato no es el retorno a la vida, es un paso que nos apremia para iniciar una lenta metamorfosis</i>	
• La mórbida amabilidad del pequeño pelirrojo	28
<i>La adaptación no es lo mismo que la resiliencia. Es demasiado costosa, pero permite salvar unos cuantos islotes de lánguida felicidad</i>	
• La creatividad de los descarriados	31
<i>La adquisición del proceso de resiliencia se analiza aquí desde tres puntos de vista: la huella que dejan los recursos internos en el temperamento, la estructura de la agresión y la disposición de los recursos externos en torno del herido</i>	
• Los lisiados por el pasado pueden darnos lecciones	35
<i>Es necesario disponer de proyectos que permitan alejar el pasado y modificar la emoción asociada con los recuerdos</i>	
• Hay que aprender a observar para evitar la venenosa belleza de las metáforas	40
<i>No confundir el atestado, que es una construcción social, con la observación, que es un método para crear</i>	

CAPÍTULO I: LA ORUGA

- **El temperamento o la rebeldía de los ángeles** 45
De la sustancia que nos somete a Satán, al afecto de vitalidad que nos encanta o nos pone furiosos

- **La triste historia del espermatozoide de Layo y el óvulo de Yocasta** 49
Los determinantes genéticos existen, lo que no quiere decir que el hombre esté genéticamente determinado

- **Gracias a nuestros progresos, hemos evolucionado, pasando de la cultura de la culpa a la cultura del prejuicio** 53
Sentirse culpable en la edad de las pestes no es lo mismo que sufrir en la época del embellecimiento de las técnicas

- **De cómo los fetos aprenden a bailar** 57
El primer capítulo de nuestra biografía comienza durante nuestra vida intrauterina, cuando nos dejábamos arrastrar y dábamos cierto tipo de brincos

- **Donde se aprecia que la boca del feto revela la angustia de la madre** 62
La transmisión del pensamiento se realiza en un plano material y configura el temperamento del bebé antes de su nacimiento

- **Hacer que nazca un niño no basta, también hay que traerlo al mundo** 66
El sexo del niño es un potente vehículo de representación y cualquier indicio morfológico evoca un trasfondo genealógico

- **Los recién nacidos no pueden ir a parar a ningún otro sitio que no sea la historia de sus padres** 69
Ya sea gruñón o sonriente, incluso el más mínimo de los actos del bebé habita los sueños y las pesadillas de los que le rodean

- **Cuando el marco en el que se desenvuelve el recién nacido es en realidad un triángulo compuesto por sus padres y por él mismo** 75

Cada familia se caracteriza por un tipo de alianza que elabora un envoltorio sensorial en torno del bebé
- **El papá payaso y el bebé cómico** 78

Cada vez que se encuentran, inventan un escenario al que incitan a subir a todos los miembros de la familia
- **Quiéreme para que tenga el coraje de abandonarte** ... 82

Cuando un bebé tranquilo se convierte en un explorador, es porque su entorno le sirve como campo base
- **El andamiaje del modo de amar** 85

Esa base de seguridad enseña algunos estilos afectivos
- **Los orígenes míticos de nuestros modos de amar** ... 88

Todo discurso individual o cultural construye el envoltorio sensorial que enseña al niño su estilo afectivo
- **Cuando el estilo afectivo del niño depende del relato íntimo de la madre** 93

El discurso de predicción de la madre organiza los comportamientos que moldean el temperamento del niño
- **Una madre que recibe apoyo afectivo y tiene sostén social puede ofrecer mejores brazos** 97

La simple presencia del padre modifica el psiquismo de la madre que alberga al niño
- **Cuando los gemelos no tienen la misma madre** 102

Todo tiene un significado en esa burbuja afectiva en la que cada cual va diferenciándose
- **Cómo se transmite el pensamiento mediante los gestos y los objetos** 108

Las proezas intelectuales se vuelven posibles cuando los padres, sin advertirlo, hacen hablar a los objetos

- **El congénere desconocido: el descubrimiento del mundo del otro** 114
La perplejidad, la mirada, el dedo índice y la representación teatral preparan a los bebés para sus primeras palabras
- **Cuando las historias sin palabras permiten compartir los mundos interiores** 118
El pequeño comediante modifica el mundo mental de quienes lo quieren y el niño intruso se hace aceptar mediante ofrendas alimenticias
- **Sobre cómo los estereotipos sociales privilegian determinados comportamientos del bebé** 122
El sudamericano baila antes y el bebé alemán hojea los libros
- **El humor no es cosa de risa** 125
Es cosa destinada a transformar la angustia en fiesta emocional
- **Los fundamentos del andamiaje de la resiliencia** ... 130
En toda etapa –biológica, afectiva o social– es posible hallar una defensa
- **Cuando la relación conjunta echa por tierra el andamiaje** 135
El sufrimiento de la madre impide que el niño adquiera las conductas de seducción
- **Se conoce la causa, se conoce el remedio y, sin embargo, todo se agrava** 139
Hay otras causas que intervienen, pues los determinismos humanos son de corta duración
- **Virginidad y capitalismo** 145
El himen era una rúbrica de la paternidad, hoy el ADN denuncia al padre

- **El padre precoz es una rampa de lanzamiento** 149
Un macho puede ser sustituido por una jeringuilla de fecundación, pero un padre ha de ser de carne y hueso para promover la confianza
- **Cuando el Estado diluye al padre** 153
¿Es concebible una sociedad sin padres?
- **Duelos ruidosos, duelos silenciosos** 158
Al silencio de la desaparición se añade el ruido de la representación
- **Resiliencia y conductas de seducción** 161
La búsqueda afectiva depende de la generosidad de los adultos que brindan cuidados

CAPÍTULO 2: LA MARIPOSA

- **A los monstruos no les gusta el teatro** 167
No habría cinismo peor que el de decir las cosas como son. Afortunadamente, decir es ya una forma de interpretación
- **¿Es posible pensar en la carambola psíquica?** 173
Toda conmoción provoca una desorganización que las culturas han encontrado muy difícil pensar
- **La emoción traumática es una conmoción orgánica provocada por la idea que se tiene del agresor** 177
Perdonamos a una catástrofe natural, pero revivimos incesantemente la agresión de un grupo humano
- **Lo que otorga al golpe su poder para provocar traumas es el estilo de desarrollo de la persona herida** 180
No podemos encontrar sino aquellos objetos a los que nos hemos vuelto sensibles por la acción de nuestro entorno

- **La adaptación que protege no siempre constituye un factor de resiliencia** 184
La sumisión, la desconfianza, la glaciación son defensas adaptadas, pero la resiliencia exige la creación de un nuevo mundo
- **Cuando un combate heroico se convierte en un mito fundador** 188
Con el trabajo de la memoria, un trauma se transforma en epopeya gracias a una victoria verbal
- **Sin culpabilidad no hay moralidad** 191
Los tormentos que torturan hacen que el herido sea sujeto y actor de su propia curación
- **Robar o dar para sentirse fuerte** 195
La delincuencia, un valor adaptativo en las sociedades enloquecidas, se une con la donación, que repara la propia estima
- **Las quimeras del pasado son ciertas, como lo son las del presente** 199
Todo relato está construido con elementos verdaderos y sobre él arrojan luz nuestras relaciones
- **Cuando un recuerdo concreto se ve rodeado por la bruma, hace que el pasado sea soportable y hermoso** 203
El efecto de halo de la memoria traumática permite convencerse de que la felicidad sigue siendo posible
- **Las ordalías secretas y la reinserción social** 209
Cuando los niños se ponen a prueba para probarse a sí mismos que han sido perdonados
- **Una declaración de guerra contra los niños** 212
La violencia de Estado se extiende sobre el planeta, pero los niños solo se derrumban cuando se derrumba su entorno

- **Actuar y comprender para no sufrir** 217
Comprender sin actuar nos hace vulnerables, pero actuar sin comprender nos convierte en delincuentes

- **Cuando la guerra enciende algunas llamas de resiliencia** 223
La madurez precoz, las fantasías de omnipotencia y ciertos sueños de afecto prenden algunas llamas que el medio puede apagar o avivar

- **El devastador efecto de una agresión sexual depende mucho de la distancia afectiva** 231
Verse agredido por un desconocido es menos perturbador que la agresión de una persona próxima que a menudo disfruta de la protección de la sociedad

- **La posibilidad de resiliencia tras una agresión sexual depende mucho de las reacciones emocionales del entorno** 235
Cuando la familia se hunde, la víctima no consigue superar el trauma. Lo que ayuda a los miembros de la familia no es la compasión, sino su revalorización mutua

- **Cuando el trabajo del sueño dormido se incorpora a nuestra memoria y nos gobierna, el trabajo del sueño despierto nos permite recuperar el control** ... 242
El sueño biológico transforma las preocupaciones que invaden nuestras ensoñaciones diurnas en residuos cerebrales

- **Cuando la negación consciente protege al sueño y cuando la impresión traumática conlleva una reminiscencia onírica** 249
La reparación de la representación de la herida mediante todas las modalidades de expresión permite prescindir más tarde de la negación que, como la escayola sobre una fractura, protege mientras altera

• La civilización del fantasma lleva aparejada una creatividad que repara	255
<i>Un niño herido queda en manos de la creatividad que la familia y la cultura estimulen o dificulten</i>	
• Las culturas normativas erradican la imaginación	263
<i>La creatividad no es una actividad de ocio; es un lazo social, no un rápido consumo</i>	
• El talento consiste en exponer la propia prueba mediante una grata intriga	267
<i>Es un desafío que se opone a una realidad excesivamente dolorosa</i>	
• Aprender sin darse cuenta	270
<i>El sentimiento de lo evidente es una conciencia parcial que no impide la verificación de una serie de aprendizajes inconscientes contrarios a esa evidencia</i>	
• La falsificación creadora transforma la magulladura en organizador del Yo	274
<i>Un recuerdo autobiográfico excesivamente luminoso, como un lucero del alba, orienta nuestras decisiones y nuestra filosofía de vida</i>	
CONCLUSIÓN	279
BIBLIOGRAFÍA	287
AGRADECIMIENTOS	293

¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia es una idea, un concepto nuevo que se está volviendo cada vez más científico. Es un concepto muy lógico y muy fácil de entender. Es decir, cuando la vida nos hiere, ¿qué hacemos? O quedamos heridos para toda la vida y hacemos carrera de víctima, o buscamos cómo volver a vivir de la mejor manera posible. Y esta es la definición de resiliencia: ¿cómo volver a la vida después de un trauma psíquico?

Para ello, para resolver el problema es muy simple: antes, durante, después. Antes del trauma, ¿hemos recibido dos factores de protección? El primer factor es ¿tenemos confianza en nosotros mismos? ¿Hemos adquirido un apego seguro gracias a que en la infancia nuestra familia nos ha protegido, sobre todo nuestra madre, nuestro padre y la familia? Y el segundo factor es ¿cómo hacemos para expresar lo que está en nuestra memoria? Cuando somos niños nos expresamos mediante el juego, nos expresamos con dibujos, nos expresamos con mímica y más tarde, mediante la palabra.

En segundo lugar, en el momento del trauma, ¿quién nos agrede? Si el agresor está lejos de nosotros, por ejemplo, durante la Segunda Guerra Mundial, cuando Francia fue atacada por Alemania, el agresor es lejano. Se trata de un trauma, pero podemos volver a la vida más fácilmente porque es lejano. Pero la mayor parte de traumas están próximos, son cercanos: es el padre, la agresión sexual, la agresión física, la violencia conyugal... y esto ya es más difícil.