

GRUPO Y FAMILIA EN LOS SERVICIOS
Las emociones intolerables en el seno de la familia
MIRIAM BOTBOL ACRECHE

I.- La familia y el “hogar interior”

“La base hacia la cual el Yo se orienta como si fuera su “hogar”...la base primera de la cual parecen derivar todas las otras es el primer objeto que emerge de la confusión sensorial del neonato, a saber, el pecho, o quizá, específicamente el pezón.” Money Kyrle

Voy a comenzar con un ejemplo sencillo de la vida cotidiana.

María es una niña de cuatro años que está jugando con su muñeca. La mueve de arriba para abajo, la sacude, cada vez con mayor intensidad, le pega y le grita diciendo: “Eres mala, muy mala, te voy a castigar, te voy a cortar en pedacitos, ya vas a ver lo que te voy a hacer”.

La madre la observa, sorprendida por la violencia con que la niña trata a la muñeca, pero entendiendo al mismo tiempo que es parte de su juego. Es una madre joven, dedicada, cariñosa. Evidentemente, ella nunca trata así a su hija. Es cierto que le pone límites cuando los necesita (con todo lo que esto implica de frustración y por lo tanto de rebeldía, resentimiento o malestar), pero en general lo hace desde el bien hacer de una educación normal. Nunca la trata de esa manera.

¿Qué es lo que ha sucedido? ¿Por qué el modo en que María trata a la muñeca es tan diferente del que la madre la trata a ella?

En el mundo interno de María, como en el de cualquier niño pequeño, los personajes suelen tener características exageradas: o son maravillosos o son terribles; en su fantasía, o son la fuente de todas las bondades o la encarnación de todos los males. Pegarle a la muñeca le permite expresar en el mundo externo estos sentimientos negativos que experimenta en su mundo interior, pero sobre todo algo muy importante: expulsarlos de sí y, momentáneamente, aliviarse.

Como sucede con María, “mundo externo” y “mundo interno” no suelen coincidir en la mayoría de las personas, ni de las familias, ni de los grupos.

Del mismo modo que tampoco la estructura de las casas coincide con la atmósfera de hogar que generan los que viven en ellas. La casa es una buena metáfora del mundo interno, aunque prefiero hablar de “hogar” y no de casa porque la palabra “hogar” posee mayores connotaciones emocionales.

El “hogar interior”, el lugar en el que se habita mentalmente, es un espacio fluido bastante independiente del espacio real. Si nos preguntamos ¿Cómo se construye? ¿Qué es lo que funda este hogar?, debemos pensar que sus “muebles” y “habitantes” circulan de generación en generación

Los avances científicos actuales plantean como incuestionable que los “ladrillos” más importantes (¿la estructura?) se recibieron de los padres o de los primeros cuidadores; ya que son los adultos, con el trato que le dan al niño y el que se dan entre sí, los que ayudan a sentar las bases de la construcción de la identidad y de la “atmósfera” en la que cada persona vivirá.

En el proceso de crecimiento, los “habitantes” del “hogar interior” (¿los “objetos internos”?) se van renovando con nuevas incorporaciones.

Desde mi punto de vista aún es vigente lo que plantea Freud en las series complementarias. O sea, que la vinculación entre lo que proviene de los genes, más la gestación y más las primeras vivencias (lo genético más lo adquirido), se pone en relación con lo que se vive como experiencia o como trauma en una combinación que es particular para cada individuo. Así, un golpe puede ser incorporado como experiencia o como trauma según la estructura de quien lo reciba. Por eso se entiende perfectamente que, aunque provengan de la misma familia, aquello que hace sufrir a María deja indiferente a su hermano mayor.

Los “habitantes” son el resultado de la incorporación tanto de personas de carne y hueso como de personajes de ficción, coexistiendo y compartiendo lugares principales. Particularmente puedo afirmar que, aunque nunca conocí a Bion, he pasado con él momentos fascinantes.

Es como si dentro de este “hogar interior” habitara un “grupo interior” que, cuando funciona como “grupo de trabajo”, alivia las angustias y promueve el crecimiento. De este modo lleva a cabo el proceso de autoeducación de los adultos que es el que, a través de la reflexión (el pensamiento), ayuda a contener lo intolerable.

Un concepto que me ha resultado particularmente útil en mi experiencia clínica con niños y familias, es la diferenciación entre el estado mental adulto y el estado mental infantil en la organización de la personalidad del

individuo, inspirado en el modelo - tan rico y sugerente- que Donald Meltzer y Martha Harris presentan en “Familia y Comunidad”(1990).¹

La diferencia de generaciones marca quienes son los adultos y quienes los niños en el seno de una familia; de hecho la palabra “familia” deriva del latín *famulus*, que quiere decir servidor y pienso que, en cierto sentido, la familia se constituye al servicio del ser mas desvalido (o de lo que necesita más cuidado). Pero no es lo mismo ser adulto que funcionar desde el estado adulto de la mente. Aunque son los adultos quienes deciden poner al niño en el mundo, ofreciéndole un modelo de cómo éste es a través de su forma de cuidarlo, a veces, lamentablemente, los niños son más “adultos” que sus padres o cuidadores.

El estado mental infantil emerge desde el cuerpo; como dicen Harris y Meltzer: “la sensualidad y la acción son sus modos mas característicos de experiencia y participación en el mundo; mientras que la observación, la emocionalidad y el pensamiento, todos los cuales exigen cierto grado de inhibición de la acción para su plena experiencia, intervienen secundariamente”. Los modos infantiles de pensamiento tienen un carácter concreto y cuantitativo: “los niños compiten por bienes limitados, a diferencia de los adultos, que pueden tener conciencia de las posibilidades infinitas del pensamiento y la creatividad”.

El estado mental adulto es capaz de “aprender de la experiencia” por eso crece con el paso del tiempo y, por emulación, también ayuda a los otros a crecer.

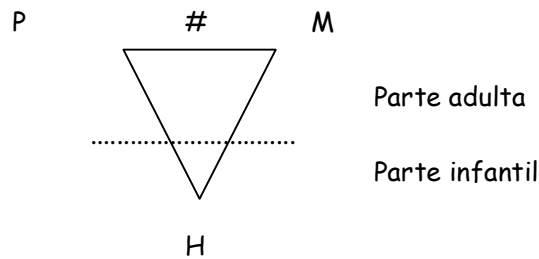
Los padres y los cuidadores no pueden evitar actuar por impulsos mientras desarrollan su tarea de criar y educar a los niños, pero los efectos son muy distintos si logran pensar sobre su acción y sus emociones. A través del pensamiento pueden transformarse en adultos capaces de contenerse y contener, lo que favorece que los “hogares interiores” de los niños se amueblen de un modo más armonioso.

Ya hemos visto la diferencia de generaciones, ahora quiero marcar la diferencia de ¿sexo? ¿género? ¿funciones?

Meltzer y Harris dicen que “ en el estado adulto hay un funcionamiento mental regido por el objeto combinado, que es un prerequisite para el desarrollo de la creatividad”; una formulación aparentemente sencilla en la que hay una condensación de conceptos de alta complejidad.

¹ Todas las citas encomilladas en este texto se refieren a ese trabajo.

Mi modo de entender estos conceptos se sintetiza en la siguiente representación



En donde H es el hijo, el individuo, el proyecto...

La línea que atraviesa el triángulo marca la diferencia entre lo adulto y lo infantil, los que cuidan y lo que es cuidado.

M representa a la Madre y P al padre, pero también M podría representar a la familia y P a la escuela, o M a la escuela, P a un servicio que se ocupa de asesorarla y H a la familia.

Las variaciones son múltiples, lo que interesa es la diferenciación de funciones.

El reconocimiento de las diferencias cumple un papel muy importante en el proceso del crecimiento mental. Porque:

- desde el punto de vista individual, la diferencia estimula la formación de símbolos y, en este sentido, la capacidad de pensar por sí mismo.
- desde el punto de vista grupal, para que se funcione como un “grupo de trabajo” tienen que reconocerse y aceptarse las diferencias entre sus miembros. Lo que obviamente también sucede con la familia.

Hace poco tiempo una madre planteaba en la consulta: “Prefiero que mi hija sea lesbiana, yo ya sufrí bastante con mi marido”.

Sin entrar a analizar este ejemplo en sus motivaciones, simplemente ateniéndonos a lo que manifiestamente plantea podemos preguntarnos: ¿resultan anticuados (o, mejor dicho, poco funcionales) nuestros modelos de entender la familia? ¿Se han producido cambios en la forma de amar y odiarse dentro de ella? ¿Cómo pensar el mañana de la familia desde nuestros modelos? ¿Continuarán durante este siglo las diferencias biológica, psicológicas y sociales entre el sexo femenino y el masculino?

No estoy en condiciones de responder a estas preguntas, pero a mí me gusta pensar el objeto combinado, como aquél que... “insiste en que (el niño) se ponga de pie, se desarrolle y vaya a la escuela”².

² Meltzer *El desarrollo kleiniano*, p.100

II.- La familia como educador emocional

Enseñar a tolerar o a no tolerar los sentimientos es una función de la familia.³

Ahora se habla mucho de “inteligencia emocional” pero es verdaderamente a partir de Bion que el desarrollo del pensamiento y, por tanto, de la personalidad, está indisolublemente ligado a los vínculos emocionales de amor y odio.

El pensamiento es imprescindible como integrador de las emociones y uno de los tres vínculos privilegiados -Amor, Odio, Conocimiento- tan bien descritos por Bion, especialmente en la relación entre la madre y el bebé. Es la madre, a través del ejercicio de la función que él denomina *reverie*, quien tiene que pensar por su bebé hasta que éste pueda pensar por sí mismo. Esta función no la puede ejercer un robot, ni tampoco la madre o el cuidador que actúa casi como un robot al satisfacer sólo las necesidades materiales del bebé. La función de *reverie* integra pensamiento y sentimiento; integra la reflexión e integra la acción, dentro de la atmósfera de ensoñación y enamoramiento tan característica de los primeros tiempos del nacimiento de un bebé. Es una función que requiere de una vinculación íntima y receptiva.

La función de *pensar*, ciertamente compleja, no es demasiado estimulada en la sociedad actual. Como decían Meltzer y Harris: “...la observación, la emocionalidad y el pensamiento, exigen cierto grado de inhibición de la acción para su plena experiencia”, y vivimos en una época que presiona hacia la acción. También es cierto que no todos queremos decir lo mismo cuando apelamos a la idea de pensar. En más de una ocasión se les dice a los niños “¡Piensa!”, sin que esto sirva de mucho. “¡Estoy todo el día pensando en lo mismo!”, dice un paciente mientras se debate en un círculo vicioso del cual no puede salir, dando vueltas que lo conducen siempre al mismo punto.

Sin embargo, esta función es una de las más valiosas para la construcción de un hogar interior rico y para el desarrollo de la autoeducación.

En una familia, “el miembro que exhibe capacidad para pensar acumula rápidamente un significado transferencial, sea cual fuere su edad, y, por

³ Las funciones emocionales que Meltzer y Harris proponen son: generar amor, promulgar odio, promover esperanza, sembrar desesperanza, contener el dolor depresivo, emanar angustia persecutoria, pensar, crear mentiras y confusión.

este motivo, se encarga de las funciones parentales”. El pensamiento (tal como lo entiende Meltzer en “Sinceridad”)⁴ es opuesto a la mentira.

“... la *creación de mentiras y confusión* parece desarrollarse como un talento en niños bastante pequeños, mientras que la capacidad para pensar todavía es algo que se presenta en cantidades mínimas en sus mayores”, dicen Meltzer y Harris con cierta ironía. La creación de mentiras y confusión puede ser de diferentes tipos.

Hay confusiones que derivan del choque con experiencias emocionales nuevas, y que, por lo tanto, son parte del proceso normal de desarrollo. Cuando los padres les hablan a los niños de los Reyes Magos (aunque sepan que mienten) no lo hacen con la finalidad de confundir. Otras veces quieren ocultar algo que les resulta doloroso o les avergüenza, como son los “secretos de familia.

Se puede mentir para evadir el dolor, para conseguir algo. Se puede mentir a los otros o a uno mismo. Las motivaciones son múltiples. Las formas de las mentiras infinitas.

Pero “la incertidumbre que la mentira vierte en el ambiente, fácilmente se transforma en cinismo respecto al valor de la verdad y envenena la cualidad ética de la vida familiar”.

Una paciente me decía: “En la familia de mi marido todos se pelean mucho. Mi suegra siempre mete cizaña entre los hermanos. Por ejemplo cuando habla con un hijo de lo que sea, le dice que no le cuente al otro, o lo da a cada uno cosas en secreto diciendo que eso es para él, pero no para los demás...”

Desde estas palabras no podemos saber las motivaciones de esa mujer, ni realmente lo que hace, sin embargo me parece un buen ejemplo del modo en que un ambiente se puede envenenar. Lo mismo que Yago, el personaje de Otelo, que envidia, odia, y miente sin pudor.

Sin embargo, la mentira es muchas veces una forma de enfrentar una situación terrible promovida por el *odio*. Algunos compañeros míos que trabajan con niños maltratados me han explicado ejemplos dramáticos en los que los niños se defienden negando el dolor que han padecido.

“Lo que no me gusta lo aparto” dice una nena de cinco años mientras deja de

lado los juguetes que se le ofrecen en una caja de juego. Ella no puede hacer otra cosa. Apartar lo espantoso de su realidad quizá sea lo que le permite, por el momento, sobrevivir.

⁴ “...el pensamiento verdadero es imaginativo y construye símbolos” p. 495

¿Cómo se llega a estas situaciones? ¿Cómo se promulga el odio?

Probablemente la violencia que pueda desarrollar una persona tenga componentes innatos, pero hay que tener en cuenta que el odio se asimila en la personalidad en la medida en se está expuesto a ello. Los gritos y desprecios que un niño escucha en su corta vida se incorporan como voces que dialogan en su hogar interior.

Promulgar el odio, dicen Meltzer y Harris “consiste en atacar a los vínculos existentes dentro del grupo a través de la manipulación de los sentimientos de frustración”.

Es cierto que la frustración produce odio, pero también que el narcisismo potencia la frustración. Padres muy infantiles o muy narcisistas pueden llegar a ser muy violentos y, por ejemplo, golpear a los niños si no los dejan dormir.

En la primera página de un diario aparece la foto de una mujer denunciada por sus vecinos por maltratos a su hija. Esta noticia no es demasiado novedosa, pero lo que sí me llamó la atención es que mencionaba que la niña había sido concebida por inseminación artificial. Este proceso es, en España, largo, penoso y con alto coste económico. Es decir, que esta niña fue una niña muy buscada ¿Qué sucedió cuando llegó al mundo? ¿Tan diferente fue la realidad con la que esta mujer se encontró, de las expectativas fantasiosas con las que había imaginado tener un niño, como para llegar a esos extremos? Creo que un proceso semejante sucede con el alto porcentaje en que se devuelven niños adoptados que la familia no tolera.

Los sentimientos de odio están presentes en algún momento en todas las familias y en todos los individuos. El odio suele tener una función destructiva, pero también puede servir como separador al proteger, por ejemplo, de un amor prohibido como en el caso de una adolescente adoptada fuertemente enfrentada con su padre.

Cualquier sentimiento puede cumplir una función positiva o negativa.

El *amor* mitiga el odio y calma el dolor, pero el amor mal entendido puede ser asfixiante en la sobreprotección. No siempre los adultos que aman a sus hijos desarrollan la capacidad de tolerar que ellos enfrenten sus propias dificultades.

Aunque a lo largo de la historia han ido cambiando los objetos de amor y admiración - que pasaron de ser dioses y reyes a ídolos de la televisión o del espectáculo- tanto como los modos de expresarlo, el Amor (con

mayúsculas o con minúsculas) es uno de los principales elementos emocionales de los “hogares interiores” de hombres y mujeres.

Los niños aprenden a amar si se sienten amados y perciben vínculos de amor y de respeto entre la pareja - que también es respetuosa en el trato con los hijos. “Cuando el amor logra difundirse en la atmósfera social, tanto por un individuo, a través de su relación con sus objetos internos o por una relación de pareja, se fomenta la seguridad”

En cambio, cuando lo que se *emana* es *angustia persecutoria*, o sea miedo, lo que se crea es inseguridad.

Ya se sabe que el miedo se contagia, y que hay familias que generan una visión del mundo como un lugar peligroso. Lo que sucede es que hay modos y modos de elaborar estas situaciones. Parece ser que Hitchcock era terriblemente paranoico, pero sus miedos se transformaron en obras maestras del cine de suspenso.

La función opuesta a la de proyectar miedos es la de *contener el dolor depresivo*.

Esto es algo muy importante porque la fortaleza psíquica depende en gran medida de la capacidad para soportar/contener el dolor.

Aunque sea de diferentes maneras (con objetos externos o con objetos internos), no sólo los niños sino también los adultos necesitamos compañía para modular el dolor mental, así que podemos preguntar: ¿Es posible enseñar a manejar el sufrimiento?

Quizás sea a través de la dosificación adecuada. Dosis pequeñas, adaptadas a la capacidad de cada uno... Quizás también el permitir que se experimente la necesidad, que ésta se exprese y también que se tolere la espera, aguantando la frustración.

La dificultad que parecen tener las generaciones actuales para contener el sufrimiento infantil favorece que los niños sean educados en la idea de que siempre es posible el “¡Quiero esto ahora! ¡Ya!”.

Hemos hecho un breve recorrido por la función de pensar y su contraria: la creación de mentiras y confusión; de la promulgación del odio y la generación de amor, por la de emanar angustia persecutoria o contener el dolor depresivo. El último par a explorar tiene que ver con la esperanza...o su contrario.

Sembrar desesperanza también “envenena el ambiente del grupo familiar” y fuerza a los miembros a sentirse permanentemente inseguros.

La desesperanza es conservadora y limitante; aplasta y transmite el mensaje de que no hay nada que hacer. No permite vislumbrar ni puertas, ni ventanas, ni salidas de ningún tipo.

En cambio, el valor de *promover la esperanza* cuando surgen dificultades cobra gran significación no sólo durante la crianza de niños pequeños sino también en los tratamientos psicoanalíticos o en el trabajo con las familias.

Posiblemente depende “de la posibilidad de que alguno de los miembros sea capaz de mantener un sentido de la proporción”. Lo que permite no magnificar ni minimizar las dificultades de la vida. En cierto modo sería la representante del sentido común y transmite el mensaje de que vale la pena crecer.

La actitud esperanzada es una emoción que aporta nuevos colores al hogar interior a través de estimular la exploración del mundo y de las posibilidades propias y de los otros.

Contener, tolerar, digerir, elaborar...

¿Qué es lo que ayuda a conseguirlo?

¿Se puede enseñar tolerar lo intolerable?

Lo que es intolerable varía no sólo según las familias sino también en los diferentes momentos por los que una familia pasa, así que las personas que trabajamos con personas nos encontramos como los artistas frente a los materiales que deben transformar para comunicar su mensaje: las opciones son infinitas. Quizá, como en el arte, no se puede enseñar, pero se puede aprender

...a través de lo que mostramos.