

SECRETO FAMILIAR TRAUMÁTICO Y ESTILO VINCULAR INSEGURO EN LA ADOLESCENCIA *

FAMILY SECRET TRAUMATIC AND INSECURE ATTACHMENT BOND ON ADOLESCENCE.

VALENTINA VUKUSIC WILLIAMS

Instituto Humaniza Santiago
valevuku@gmail.com

RESUMEN

El presente trabajo analiza y relaciona el secreto familiar traumático y estilo vincular inseguro en la adolescencia, a través de la presentación del caso clínico de un adolescente de 16 años que manifiesta, con una postura crítica y desafiante, la necesidad de individuación y diferenciación, todo esto en el contexto de un secreto familiar traumático respecto del duelo por el suicidio del abuelo paterno que guarda el padre, y que sólo es conocido por su esposa.

Se trabajó en el análisis del impacto que tiene la existencia de un secreto traumático doloroso, que genera miedo y angustia en la familia, en el estilo relacional que los padres pueden establecer con sus hijos y por consiguiente en el modelo operacional y las representaciones que los hijos construyen respecto de si mismos y del mundo.

Palabras claves: trauma, secreto transgeneracional, apego, adolescencia, parentalidad

ABSTRACT

This work analyzes and relates the traumatic family secret and the insecure attachment bond on adolescence, by presenting a clinical case of a 16-year-old teenager with a critical and defiant attitude, with needs for individuation and differentiation; all of the aforementioned within the context of a traumatic family secret regarding the mourning for the paternal grandfather suicide kept by the father, and only known by his wife.

The work was focused on analyzing the impact the existence of a painful traumatic secret has — generating fear and anguish within the family — on the relationship style parents may establish with their children, and therefore on the operational model and the representations children build about themselves and the world.

Keywords: Trauma, transgenerational secret, attachment, adolescence, parenting

* Este artículo corresponde al trabajo final, desarrollado por la autora para el "Postítulo en Psicoterapia Sistémica Vincular Centrada en la Niña, el Niño, el Adolescente y su Familia", que dicta el Instituto Humaniza Santiago. El docente asesor fue el Ps. Freddy Orellana Bahamondes.

Introducción

UN ASPECTO A CONSIDERAR en el trabajo clínico es el ciclo vital familiar, las particularidades del momento evolutivo de ese grupo de personas que conforman la unidad que identificamos como familia. Una de las etapas que implica mayor estrés, cambios y que requiere gran dinamismo y flexibilidad, es la etapa evolutiva familiar que involucra la crianza de los hijos adolescentes, ya que las tareas evolutivas de estos últimos, imprimen potentes desafíos al núcleo en su conjunto.

Al ser la tarea fundamental de hijos adolescentes el logro de un adecuado proceso de diferenciación, la familia completa y en particular los padres o cuidadores se ven enfrentados a una necesaria reorganización del funcionamiento familiar, que tolere, permita y aliente dicha diferenciación, pero a la vez ofrezca guía y contención. Lo anterior es un desafío para los padres, quienes, para satisfacer las necesidades de desarrollo de sus hijos, deberán equilibrar, al igual que lo hacen los padres de niños pequeños, las variables de “protección” y “exploración”, acompañando afectuosamente las iniciativas autónomas de los adolescentes. El estilo vincular construido en los primeros años de vida y su continuidad en el marco de representaciones del hijo adolescente, será central en las vivencias y el desarrollo de este proceso. (Cerfogli, 2011)

Una de las fuentes de estrés y angustia que tiene impacto en el desarrollo de las interacciones y formas de comunicación familiar, además de favorecer el desarrollo de la inseguridad, es la existencia de secretos familiares. La existencia de secretos, y en especial secretos traumáticos y dolorosos, impacta en el proceso de construcción del sí mismo de los distintos miembros de una familia. Entonces, si aceptamos que el sentido de sí mismo se logra, en buena medida, a partir de la necesaria diferenciación con los padres o las figuras de cuidado, cabe hacerse la pregunta sobre cómo se desarrollarán estos procesos en familias cuya dinámica y comunicación incluye un secreto traumático doloroso.

Lo anterior, pensado desde un paradigma sistémico, que se centra en el conjunto de los miembros de la familia puede (y se ve enriquecido y complejizado) ser analizado también considerando las particularidades individuales del adolescente, incorporándose a la ecuación la hipótesis relativa a su estilo vincular. Así, vale la pena reflexionar sobre cómo el secreto familiar influye e impacta sobre la calidad de las interacciones que los hijos sostienen con sus padres, y cómo esto a su vez impacta sobre el estilo vincular individual de cada uno de ellos.

Los terapeutas, muchas veces se encuentran con relatos traumáticos y dolorosos que se han mantenido en secreto dentro de una familia, ya sea ocultándose de todos los miembros, de algún subsistema o un individuo en particular. Cuando esto sucede, es central hacer la pregunta de por qué aquello no ha sido dicho, cuál es el valor que tiene para la familia que el secreto se mantenga como tal, qué temores subyacen a su develación y qué procesos relacionales se explican a partir del mismo. (Rodríguez, 2009)

En este contexto, el proceso de diferenciación del adolescente puede representar un riesgo para la conservación del secreto, generando un clima de ansiedad y angustia en el cual el sistema activará sus mecanismos para mantener la estabilidad, por ejemplo, enfrentándose e intentando reprimir la autonomía del adolescente.

En el caso clínico descrito y analizado se visualizan los elementos anteriormente descritos. El adolescente que llamaremos Carlos, de 16 años, es el paciente índice, quien a

través de distintas conductas desafiantes y cuestionadoras manifiesta su necesidad de diferenciación y mayor autonomía, en un sistema familiar que intenta inhibir estas conductas en gran medida por el temor que genera el secreto familiar del suicidio del abuelo paterno.

Marco conceptual

A-. Mirada sistémica y teoría del apego: aspectos convergentes.

Desde un enfoque sistémico, se han desarrollado múltiples formas de observar e intervenir en los contextos familiares, lo que atrae en la actualidad a los terapeutas sistémicos hacia la teoría del apego y su desarrollo de herramientas de observación de la interacción familiar. (Cerfogli, 2011)

La teoría del apego resulta interesante al momento de pensar al sistema familiar ya que permite observar las interacciones paterno filiales en coherencia con conceptos como límites, jerarquía y comunicación; y al mismo tiempo se incluyen en el análisis aspectos relacionados con la construcción de significados, incluyendo temas como las lealtades invisibles, mandatos, creencias y mitos a partir de la noción de “modelos operacionales internos”, es decir el mapa emocional con el cual nos movemos en el mundo a partir de los aprendizajes propios de nuestras historias de vinculación y en función de los cuales generamos nuestras estrategias para comprender y afrontar al mundo. (Cerfogli, 2011)

Las conductas de los niños están basadas en las experiencias de interacciones previas con sus cuidadores y la capacidad de éstos de regular y contener. Los niños seguros sienten las emociones negativas de manera menos amenazante, lo que les permite permanecer relativamente organizados ante situaciones de estrés. En el caso de los niños evitativos, es posible suponer que han tenido experiencias en las que no han sido calmados por el cuidador, por lo que sobregulan su afecto; los niños ambivalentes en cambio, subregulan sus emociones incrementando su malestar en un intento por despertar la respuesta esperada por parte del cuidador. Por último, los niños desorganizados presentarían conductas erráticas, ya que probablemente han tenido experiencias previas en que perciben al cuidador a la vez como amenazante y protector, por lo que el sistema de apego produce motivaciones conflictivas. (Fonagy, 1999)

El concepto de “modelos operacionales internos”, secundario al de apego, permite comprender como es que las relaciones de apego se convierten evolutivamente en un mapa interno de cómo pueden ser los otros encuentros con el mundo; se van generando representaciones simbólicas de las figuras de apego, del sí mismo y de cómo se da la relación con los otros. Estos modelos internos se ven impactados por la capacidad de los cuidadores de desarrollar una respuesta sensible a las necesidades del niño o niña, es decir de responder y reaccionar de acuerdo a la necesidad concreta y afectiva con determinada oportunidad e intensidad.

Las características básicas de los modelos operacionales internos son, en primer lugar, el que sean “modelos epistémicos”, es decir modelos de conocimiento sobre la propia persona, los otros, la realidad, el pasado, presente y futuro. En sintonía con las relaciones tempranas que ha desarrollado, el individuo conoce, anticipa, hipotetiza sobre sí mismo y los otros de acuerdo a su modelo. Implican además una complementariedad epistémica, es

decir, el modelo respecto del sí mismo se complementa con el modelo que se tiene del cuidador. Por ejemplo, un niño seguro tendrá un concepto del cuidador como disponible, mientras que uno que percibe al adulto como rechazante hará una devaluación de sí mismo. (Lecannelier, 2009)

Los patrones de apego son relativamente estables en el tiempo, fundamentalmente porque se despliegan y activan en contextos de vida y familiares que permanecen en el tiempo, lo que permite relevar la teoría del apego y sus aportes más allá de los primeros años de vida, reconociendo sus implicancias hacia la comprensión del funcionamiento integral de las personas, en su niñez, adolescencia y también vida adulta. Desde este punto de vista, es posible comprender que el apego a lo largo de la vida es un proceso de construcción de estrategias de funcionamiento que van progresivamente complejizándose en el individuo en la medida que crece. Existiría entonces una relación dinámica entre maduración y experiencia, lo que hace que los estilos vinculares sean estables pero modificables, existiendo algunos momentos evolutivos más susceptibles de transformación, como la edad preescolar y la adolescencia. (Cerfogli, 2011)

Desde este punto de vista, es interesante la congruencia entre el enfoque sistémico y la teoría del apego, en el cual los “síntomas” pueden ser vistos como estrategias de apego que resultan disfuncionales, siendo las conductas de apego de niños y niñas parte de las distintas conductas presentes en los sistemas familiares. Hill (2003 en Cerfogli 2011), al referirse a las conductas de apego como parte de las conductas presentes en los sistemas familiares, enfatiza que estos comportamientos se dan de un modo complementario para que pueda haber otros, como por ejemplo la exploración y la reflexión. Proponen visualizar el apego en un modelo ecológico en que la clave está en la capacidad de los sistemas familiares para generar marcos compartidos de interpretación, siendo los síntomas en los miembros de la familia indicadores de la dificultad del sistema para tener un marco compartido y así fallar en darse sostén y alivio. Lo anterior resulta coincidente con la idea de respuesta sensible por parte de los cuidadores, como factor clave para generar patrones de apego seguros que permitan a los padres sintonizar con los hijos y promover este marco compartido de interpretación. (Cerfogli, 2011)

B-. Vínculo de apego y adolescencia

La adolescencia es una etapa de profundas transformaciones cognitivas, emocionales y sociales, que van a tener una repercusión directa sobre el significado y expresión de los procesos de apego desarrollados previamente. De acuerdo a Allen (2008 en Oliva 2011), el surgimiento del pensamiento formal permite al adolescente razonar con una mayor complejidad sobre sus relaciones con las figuras de apego, lo que tendrá implicancias sobre el cómo se piensa a estas figuras, compararlas con otras, des-idealizarlas o mirarlas de manera más realista. Es esperable en este momento evolutivo, que exista un mayor distanciamiento de los padres y búsqueda de autonomía, siendo probable que disminuya la cercanía emocional, la cantidad de tiempo que padres e hijos pasan juntos y que haya un aumento de la necesidad de privacidad de estos últimos. (Oliva, 2011)

La diferenciación adolescente, se da enmarcada en la tensión que existe entre la necesidad de apoyo y la necesidad de exploración. Desde este punto de vista, la tarea central de la adolescencia debe ser resuelta poniéndose en juego el sistema de apego que el

adolescente haya desarrollado hasta ese momento, ya que debe buscar apoyo para cumplir con las múltiples exigencias que implican sus nuevas tareas evolutivas y al mismo tiempo, ser más independiente.

El tipo de estilo vincular impactará profundamente en cómo se desarrolla el normativo proceso de diferenciación. Según Oliva (2011), aunque se aumenten las conductas exploratorias y disminuyan las manifestaciones abiertas de apego, los adolescentes en condiciones de estrés acudirán de alguna forma a sus padres, por lo que cuando existe un vínculo de apego seguro, este proceso se vive de forma menos problemática. Distintos son los procesos vividos por adolescentes con apegos inseguros, donde la diferenciación y el distanciamiento emocional son vividos como particularmente estresantes.

En estos casos la búsqueda de autonomía puede ser experimentada como una amenaza para la autoridad paterna o materna y para la relación parento-filial, y tanto los adolescentes como sus padres pueden verse abrumados por la fuerte carga afectiva suscitada por sus conflictos y desacuerdos (Oliva, 2011, p.57)

Cuando se trata de adolescentes evitativos, es probable que la “retirada” ante el conflicto sea la estrategia utilizada, al ser imposible llegar a soluciones negociadas. Al haber una menor implicación afectiva, el adolescente tenderá a resolver el conflicto rechazando a sus padres. En el caso de los adolescentes inseguros ambivalentes será más frecuente la implicación en discusiones muy intensas e improductivas, en las que se sobredimensionan los problemas familiares. (Oliva, 2011)

Así, los adolescentes con modelos seguros van a resolver mejor la tarea de conseguir autonomía emocional de sus padres, y también presentan un mejor desempeño en las relaciones de amistad y pareja, tan relevantes en este momento evolutivo. Por el contrario, los adolescentes preocupados (ambivalentes) y autosuficientes (evitativos) no sólo muestran más dificultades relacionales, sino también un mayor desajuste emocional y comportamental, que se relaciona con sus limitaciones en la capacidad de regulación emocional instalada a partir de la seguridad en el vínculo de apego establecido en la infancia. (Oliva, 2011)

Lo anteriormente expuesto cobra mayor relevancia si entendemos la diferenciación como un proceso relacional, que contiene las dimensiones de cercanía y de lejanía, pues la vivencia de la experiencia de separación depende de la experiencia de apego. En el proceso vital que va desde la dependencia absoluta del recién nacido a la autonomía que se espera alcanzar en la adultez, hay permanentemente oscilaciones entre dependencia y la autonomía, siendo fundamental el apego, ya que, para poder separarse todo ser humano necesita sentirse amado y protegido, sentir que está incluido en las narrativas de los otros. Para lograr la autonomía es necesario, primero, depender. (Sánchez & Escobar, 2011)

C-. Secreto familiar y diferenciación adolescente

Considerando que el contexto primario para el desarrollo del modelo operacional es la familia, es interesante detenerse en la calidad de las experiencias e interacciones vividas por niños, niñas y adolescentes que se desarrollan en una familia portadora de un secreto

familiar traumático o doloroso cuyo estilo comunicacional se caracteriza justamente por las dificultades para establecer un marco de interpretación explícito compartido.

Como señala Rodríguez (2009), es frecuente que en la clínica el terapeuta se encuentre con historias traspasadas de generación en generación, con posiciones delegadas a uno o más miembros de la familia, y con efectos clínicos de la ambigüedad comunicacional que producen los secretos. Las situaciones traumáticas, como son el abuso sexual, las pérdidas, los suicidios, pueden ser “material para no ser hablado y convertido en secreto en la historia de una familia”. (Rodríguez, 2009, pg.2)

La existencia del secreto, impacta en las relaciones interpersonales de quienes lo comparten, ya sea porque saben o porque lo desconocen. En la revisión bibliográfica de diversos autores, Rodríguez (2009) reconoce en términos generales que el secreto afecta la confianza, la adaptación a cambios de la vida familiar y el desarrollo de sus miembros, produce sufrimiento y distancia en la pareja, en la misma generación y entre generaciones, y puede ser un factor provocador de trastornos mentales.

Así, el secreto cumple una función defensiva, en la cual se buscaría manipular la realidad o bien malentender la realidad; también se buscaría dar sentido a la realidad, ya que se hace necesario para que los individuos miembros de la familia puedan comprender ciertas conductas que fuera del marco del secreto “sólo podrían ser consideradas como extravagancias de uno o más miembros de la familia”. (Rodríguez, 2009, p.5)

Llevando los planteamientos respecto del secreto al proceso de diferenciación adolescente, es posible señalar que las características emocionales y relacionales de los padres impactan de manera decisiva en la forma en que sus hijos viven esta tarea evolutiva y que la historia familiar también tiene implicancias sobre los descendientes. Si un adolescente tiene claridad sobre los ancestros y hay conversaciones abiertas que involucran a los antepasados y sus historias de vida, esto ofrece un margen de certezas que ayuda a estar cerca, al mismo tiempo que permite la distancia emocional. Por el contrario, si el pasado familiar se oculta, sí se guarda en secreto por vergüenza o culpa, se desarrolla un estilo comunicacional en el que hay silencios, vacíos o rupturas en la secuencia de una historia. También hay evitación de personas y temas, falta de explicación a la presencia o ausencia de personas y objetos, conductas inexplicables, rabias y rencores sin aparente causa (Sánchez & Escobar, 2011). Lo anterior, genera un clima emocional de ansiedad, con límites menos claros y menores certezas, que podrían entrapar al adolescente en sus intentos de exploración. Podríamos decir, que es más difícil tomarse distancia y separarse de la familia si las narrativas resultan conocidas y coherentes.

Caso Clínico

El caso que se presenta a continuación fue atendido en una consulta particular, a partir de demanda espontánea. Los consultantes son una familia nuclear biparental, compuesta por Damaris (45), Carlos (50), Constanza (19) y Carlos (16) paciente índice.

Viven en el sur de Chile, lugar de origen de la madre y donde viven los abuelos maternos. La familia de origen del padre está en Santiago, teniendo poco contacto con su madre*.

El padre de Carlos fallece cuando él tenía 15 años, quien se suicida cursando una depresión, con un arma de fuego dentro del auto familiar y en la calle, siendo encontrado por transeúntes y posteriormente por carabineros que llegan al domicilio y notifican a la madre. Este es un recuerdo muy vívido para Carlos y al mismo tiempo una experiencia dolorosa que sólo conoce Damaris. A ninguno de los hijos se la han contado, prefieren que no lo sepan y cuando han preguntado por la muerte del abuelo, especialmente Carlos en el último período, le dan respuestas evasivas y poco claras, como que “estaba enfermo y se murió.”

Damaris y Carlos se conocen y pololean en Santiago mientras cursan la Universidad, deciden casarse y trasladarse a vivir al sur donde estaba la familia de Damaris y existían buenas oportunidades laborales.

Carlos, el hijo menor de Damaris y Carlos, al momento de la primera entrevista cursa primero medio en un colegio particular. Su hermana mayor, Constanza vive desde que salió de cuarto medio en Santiago, donde se trasladó a estudiar.

Los padres de Carlos refieren que fue un hijo deseado y planificado, el embarazo estuvo exento de complicaciones. Respecto de los hitos del desarrollo, Carlos se desarrolló en las distintas áreas de acuerdo a lo esperado para su edad, sin dificultades. Señalan que en el ámbito social Carlos se caracterizó por ser un niño solitario, sin amigos, al que le costaba integrarse al grupo de pares, y no fue hasta comenzar la adolescencia, en octavo básico, que empezó a juntarse y a compartir activamente con otros niños. Simultáneamente, baja considerablemente su rendimiento académico, se ausenta de clases sin permiso y es sorprendido en dos ocasiones fuera de clases junto a grupo de amigos. Carlos señala que se arrancaban de clases para “*hacer leseras*”, como por ejemplo aceptar el reto que le hace un amigo de bañarse en el mar en pleno invierno.

Los padres junto a Carlos deciden cambio de colegio, manteniendo en el nuevo establecimiento un rendimiento bajo y es sancionado con frecuencia por, no presenta trabajos y entregar las pruebas absolutamente en blanco, señalando que las evaluaciones “no tienen sentido”. Además, desarrolla una afición por los juegos de computador en línea, actividad central en su vida, lo que genera frecuentes conflictos con su madre quien lo insta a dejar los videojuegos y preocuparse de estudiar y hacer las tareas.

Los padres expresan gran preocupación por el contenido de dichos juegos, ya que se tratan de estrategias bélicas y episodios violentos, refieren mucha angustia porque Carlos se “*ha transformado*” en una persona que cuestiona todos sus contextos, a todo pregunta “¿por qué?”, desafiando la cultura familiar y escolar (“¿por qué visitar a la abuela?”, “¿por qué tener que participar de educación física?”, “¿por qué hay que usar uniforme?”, “¿por qué hay que formarse en fila el colegio?”, “¿por qué los profesionales ganan más plata que la nana?”), señalando que todas las actividades que no son de su agrado carecen de sentido, “*porque finalmente todos nos vamos a morir*”. Carlos está intrigado con la muerte, es un tema recurrente en él, lo que agobia a los padres, quienes

* A fin de resguardar la confidencialidad se han modificado los nombres y datos reconocibles de las personas y la familia.

se angustian mucho cuando Carlos refiere que la vida es “*estúpida*” y que no tiene sentido “*porque al final todo el mundo tiene que morir eventualmente*”. A partir de lo anterior, Carlos se define a sí mismo como alguien que está “*en contra del sistema*”, señalando que no le gusta cómo está organizada la sociedad centrada en la obediencia, “*porque vivir obedeciendo si al final te tienes que morir*”. El tono afectivo con que dice esto es pausado y tranquilo, en ningún minuto refleja angustia, sino que proyecta la idea de que la vida es “absurda” con un tono que es percibido por la terapeuta como sarcástico. Sus padres en cambio sienten mucho miedo por su interés permanente por la muerte, su intenso cuestionamiento a la sociedad, su interés exagerado y “exclusivo” por jugar juegos que involucran muertes en el computador.

A-. Motivo de consulta

Carlos (papá) y Damaris llegan a la consulta señalando que necesitan ayuda para entender a su hijo Carlos. La queja principal es que Carlos “se ha puesto rebelde”, ha bajado considerablemente el rendimiento escolar y no saben cómo manejarlo. Además, les preocupa su “obsesión con la muerte” reflejada en su interés casi exclusivo por los juegos de computador, en los que se puede matar y ver morir a los personajes.

Carlos en la primera sesión señala que ir al psicólogo es algo “estúpido” porque no siente que existan problemas, señala que los psicólogos quieren que toda la gente “sea parte del sistema”. Luego es capaz de quejarse de lo que siente como una excesiva supervisión por parte de sus padres, deseando que no interrumpan ni interfieran en sus juegos de computador.

Se co-construye como motivo de consulta con los padres y Carlos que es necesario reformular algunos aspectos de la relación familiar y de las reglas que están instaladas entre los tres a fin de reducir el conflicto. Si bien los padres reconocen que esta necesidad de mayor autonomía de Carlos, ninguno de los dos progenitores se siente capaz de dejar que el hijo funcione de manera autónoma, fundamentado en la creencia de que, si redujeran el control, Carlos fracasaría escolarmente. Algunas sesiones más tarde, ese argumento se va transformando en algo secundario, siendo la principal preocupación de los padres el sentir que Carlos pudiese estar deprimido o que haya algún riesgo a su integridad asociada a sus frecuentes pensamientos e interés por la muerte. En definitiva, se produce un conflicto entre Carlos y sus padres en relación a la dimensión autonomía/control, cuyas bases y motivaciones más profundas se descubren y abordan durante la terapia.

B-. Procesos relacionales

La postura crítica de Carlos sumada a su interés por los juegos de computador violentos y la constante inquietud respecto de la muerte, angustian profundamente a los padres, en especial al padre, quien le pide a la madre que sea más exigente en lo académico con Carlos, lo que se lograría a partir del abandono de los videojuegos. Como respuesta relacional a la postura crítica de Carlos, los padres utilizan como estrategia la restricción de los juegos de video, lo que entremezcla las angustias del padre en torno al interés de Carlos por la muerte con su bajo rendimiento académico. Con lo anterior, Carlos se enoja y

aumenta su oposición a las exigencias familiares y descalifica las expectativas depositadas en él, a través de la crítica al sistema social.

Carlos logra percibir la angustia de los padres y la existencia de temores relacionados con la muerte y la depresión, sin embargo, esto se ubica en el secreto familiar en torno a la muerte del abuelo, por lo que no se explicita. Lo anterior impacta en Carlos quien refiere sentirse, sin saber por qué, excesivamente controlado, lo que lo cansa y enoja. Los padres aumentan la exigencia escolar y las expectativas como forma de aplacar sus propios temores a la relación de curiosidad de Carlos por la muerte, pensando que al alejarlo de los videojuegos violentos y concentrándose en estudiar va a dejar de pensar en la muerte. Ante esto, Carlos aumenta su postura desafiante y crítica, desarrollándose una escalada entre el adolescente y los padres en la que, a mayor exigencia y expectativas, mayor es la respuesta de rabia y oposición a las mismas por parte de Carlos.

C-. Atribución de significados y creencias

Los padres han construido secretamente la creencia de que Carlos esté cursando una depresión y que puede ser similar a lo sucedido al abuelo paterno que se suicidó. En una sesión parental, Carlos (padre) pregunta explícitamente a esta terapeuta si hay alguna posibilidad de que la idea de suicidarse se transmita genéticamente y que su hijo esté en riesgo. Se ha establecido una pauta en la cual la postura crítica de Carlos, que podría ser considerada como normal al período evolutivo de la adolescencia, ha sido significada como un peligro, como un signo de gravedad.

Carlos por su parte, ha construido una visión de mundo hipercrítica, donde se concentra en los defectos de las distintas relaciones y espacios de su vida, llegando a la conclusión de que “el mundo es absurdo”.

D-. Sistema de hipótesis

El sistema parental funciona manteniendo un secreto traumático doloroso en relación al abuelo paterno y su muerte, lo que impacta en las formas de comunicación y los temas “prohibidos” en la familia, produciéndose una tensión en torno a dicho contenido, lo que impacta en Carlos quien amplifica su curiosidad por la muerte. Carlos reacciona con actitud de crítica y oposición ante sus padres quienes han significado las conductas adolescentes del hijo como amenaza al sistema familiar y al secreto que el padre guarda y que Damaris protege.

En relación la hipótesis vincular, Carlos sostiene un estilo ansioso ambivalente, en el cual mantiene el desafío y la oposición como búsqueda de contención y confirmación de la existencia de preocupación y compromiso por parte de sus padres. El padre se caracteriza por vincularse de manera ambivalente con Carlos, ya que se muestra muy cercano y preocupado por su hijo, sin embargo, cuando se tocan temas o emergen asuntos incómodos o dolorosos se distancia afectivamente y se molesta, dando un mensaje confuso. Damaris por su parte, se caracteriza por desarrollar interacciones más consistentes y predecibles, siendo ella quien regula y media cuando se producen conflictos.

E-. Proceso terapéutico

Como objetivo amplio para el proceso, se establece el trabajar en la construcción de espacios de comunicación y encuentro entre Carlos y sus padres, fortaleciendo la capacidad de estos para contener emocionalmente a su hijo y apoyar su momento evolutivo.

A pesar de que desde un comienzo el adolescente manifiesta su desinterés por participar de espacio terapéutico y calificarlo como “estúpido”, establecer vínculo afectuoso y respetuoso con Carlos fue relativamente rápido, lo que se logró a partir del genuino interés de la terapeuta por comprender los argumentos fundantes de su postura crítica ante la sociedad. Esto generó un espacio de validación para Carlos lo que permitió que abandonara la postura de resistencia, casi por completo, y participara activamente del proceso y las tareas terapéuticas.

Con los padres, el vínculo de cooperación se estableció rápidamente, reconociéndose en ellos una preocupación importante por mejorar la relación con su hijo y un alto compromiso con el trabajo terapéutico. Si bien en un comienzo las quejas de padres e hijo eran muy distintas, fue posible establecer objetivos comunes y coherentes para todos, por lo que todos los miembros de sistema se comprometieron en la consecución de ellos.

La estrategia terapéutica consistió en trabajar en paralelo con los padres y con Carlos, ya que se considera importante contemplar la visión de todos los miembros del sistema, sin embargo, es necesario que cada subsistema tenga un espacio propio, a fin de no exponerlos a que el secreto familiar fuese algo imposible de abordar. Al mismo tiempo se decide sostener sesiones sólo con Carlos a fin de profundizar en sus intereses y ayudarlo a encontrar formas de expresión de sus inquietudes, validación de sus reflexiones y al mismo tiempo trabajar en torno a los significados que atribuye al mundo escolar y social. En cuanto a las técnicas, se desarrollaron principalmente entrevistas con los padres, un genograma animal con los 4 miembros de la familia en la etapa de evaluación. Luego con los padres se mantuvieron las entrevistas y con Carlos la mayoría del tiempo hubo conversación terapéutica, ya que planteó su desagrado por las actividades plásticas o manuales. Se utilizaron técnicas narrativas, durante el proceso se construyó con el adolescente un “diario” que denominó como “stupid news”, en que escribía junto a la terapeuta noticias sobre asuntos que le parecían interesantes y que criticaba habitualmente, realizándose en algunas ocasiones el ejercicio de redactar noticias de un mundo “menos absurdo” y más coherente con sus expectativas. En la construcción del diario se dio también espacio privilegiado a la muerte y los juegos de video, ante lo cual Carlos pudo canalizar la agresividad y la disconformidad y hablar sin restricción de las estrategias de los juegos. Este ejercicio, que el mismo Carlos propuso mostrarle a sus padres, permitió que estos lo escucharan, que toleraran sus reflexiones e ideas sin sentirlas como una amenaza para el sistema familiar o conectarlas con una sensación de riesgo y muerte.

En otro plano y en sesiones familiares, se explicitó la pauta relacional que llevaba al conflicto a Carlos y su mamá en cuanto a la exigencia escolar, los padres pudieron hablar respecto de sus aprehensiones en torno a la visión de la muerte del hijo y lograron dejar de atribuir a los juegos o a los amigos de Carlos sus problemas de rendimiento. En una sesión en particular se produce un hito significativo, en el cual el padre le cuenta a Carlos la historia del abuelo, lo que abre el secreto. El adolescente se muestra

curioso, y el padre es capaz de narrar y dotar de contenido aquello que hasta el momento parecía inexplicable para el hijo.

Al finalizar el proceso posible observar cambios, específicamente a partir del señalamiento que se hizo a los padres respecto del funcionamiento familiar relacionado con el temor a la muerte y la apertura del padre en relación al secreto. Una vez que los padres, y especialmente el padre, son capaces de identificar sus aprehensiones como propias es posible abrir el tema y aceptar la expresión de la agresividad y la curiosidad del adolescente. Son capaces de tolerar su postura “crítica contra al sistema”, le rebaten y contra argumentan, le muestran que están en desacuerdo, pero logran reconocerlo como “interlocutor válido”. La postura del hijo en torno a la muerte y “contra el sistema” aparece menos amenazante y son capaces de escucharlo sin que sea un conflicto, incluso han logrado discutir al respecto con él e intercambiar opiniones.

Resultados

Como aspecto conductor de análisis del caso se considera la idea de que el contexto y dinámica familiar con su consecuente impacto en la conformación del self y el estilo de apego, son centrales para entender la forma que el adolescente tiene para comprender y afrontar el mundo. Es un eje orientador del presente trabajo el hecho de que el desarrollo de Carlos se va desplegando en un telón de fondo caracterizado por el secreto traumático doloroso de uno de los padres, y el hecho de que este elemento, aunque ocultado y negado, está presente de manera permanente en la trayectoria vital de la familia. Es decir, el desarrollo psicológico del adolescente, se construye en el entramado comunicacional que produce el secreto por la muerte del abuelo paterno; en esa ambigüedad comunicacional, que se produce cuando ciertos contenidos por su característica de traumáticos o profundamente dolorosos se transforman en un “material para no ser hablado”. (Rodríguez, 2009)

Se sabe que es propio de la etapa adolescente, con la adquisición del pensamiento formal como herramienta cognitiva, que se cuestione su entorno familiar, se someta a juicio a las figuras significativas y sea posible reconocerles aspectos negativos y positivos (des idealizarlas), sin embargo, el estilo de vínculo que el adolescente sostiene con estas figuras determina la forma en la cual este cuestionamiento es desarrollado.

En el caso de Carlos, hay una baja del rendimiento escolar, una “obsesión con la muerte” (llamada así por los padres), y un rechazo activo a situaciones y exigencias sociales que le parecen absurdas y “estúpidas”. De esta forma, Carlos va dando cuenta de su capacidad crítica y mayor necesidad de autonomía, cuestionando a sus padres y contexto. El camino que sigue para manifestar sus diferencias con el sistema familiar genera una excesiva preocupación e intentos de control de parte de sus padres, quienes no identifican su necesidad de desarrollo en estos intentos de tomar distancia, sino que lo viven como un doble riesgo: a nivel concreto, riesgo a que se haga daño o experimente un fracaso escolar; en un nivel más profundo, temor a que la tensión se relacione de alguna forma con la muerte traumática y secreta sobre la que él desconoce (al menos explícitamente).

La dinámica anterior, se refuerza a sí misma, de manera circular. Carlos es un adolescente que sostiene vínculos ambivalentes, en que el padre es probablemente

percibido como rechazante y distante, cuando intenta controlar las conductas del hijo, pero también en ocasiones y respecto de algunos contenidos, como alguien cercano y sobreimplicado. Si atendemos este funcionamiento desde los elementos que ofrece la hipótesis vincular, es posible reconocer como se desarrollan las regulaciones emocionales ambivalentes de padre e hijo.

Teniendo como premisa que el apego es un sistema de conductas organizado y ejecutado para aliviar la angustia y el miedo ante amenazas externas o referentes a la relación de apego, Carlos ejecuta conductas de búsqueda de proximidad/autonomía con sus padres como estrategia de regulación emocional. (Fonagy, 1999). Carlos subregula sus emociones, incrementando su malestar, crítica y cuestionamiento, con el fin de obtener la respuesta esperada del cuidador, en este caso, padres que se rigidizan y le exigen cambios conductuales desde el “control” sin ser capaces de reconocer sus temores. Carlos exagera su conducta de crítica y malestar, los padres exageran entonces el control, mostrando dificultades para distinguir entre las necesidades de desarrollo del adolescente y su búsqueda de cercanía/autonomía y sus propios temores, que tienen el secreto familiar a la base.

La diferenciación implica tensión, pues se deben equilibrar las necesidades de apoyo y de exploración, poniéndose en juego el sistema de apego del adolescente y el modelo operativo interno construido hasta ese momento, para lograr la tarea evolutiva. La búsqueda de autonomía de Carlos es leída como amenaza, no sólo a la autoridad paterna, sino que también como a la conservación del secreto. El fracaso de la negociación se convierte en síntoma, implicándose la familia en discusiones “intensas e improductivas”, en las que predominan el intento de control de parte de los padres y el rechazo activo de parte del hijo. Esto, junto con causar estrés y conflicto, repercute dificultando e incluso estancando la tarea del desarrollo propia de los 16 años de Carlos. Siguiendo con lo anterior, fue posible construir un motivo de consulta que reuniera las visiones de los padres y de Carlos, encontrándose la motivación del subsistema parental y del hijo para trabajar: los padres quieren que Carlos tenga cambios en su comportamiento y Carlos quiere que los padres disminuyan la supervisión. Así, se co-construye como motivo de consulta con los padres y Carlos que es necesario reformular algunos aspectos de la relación familiar y de las reglas que están instaladas.

En este punto, es relevante considerar que los padres reconocen la necesidad de autonomía de Carlos y la validan, sin embargo, ninguno de los dos se siente capaz de guiar a su hijo hacia dicha autonomía. Desde este punto de vista, podemos analizar la pauta relacional en la cual los padres, que flaquean en la flexibilidad para reconocer las necesidades individuales de cada uno de sus hijos y construyen expectativas hacia Carlos comparándolo con la hermana mayor, se ven además enfrentados al temor de permitir que Carlos se aleje, que explore, y se exponga a riesgos. Carlos, por su parte subregula su conducta, externalizando pensamientos provocadores hacia los padres, donde la elección del contenido de dicha provocación es justamente aquella que remueve a los padres porque se toca con el secreto familiar.

Este temor de Carlos (papá) y Damaris a la “obsesión” de Carlos (hijo) con la muerte, fundado en el secreto familiar doloroso y traumático que porta el padre, resulta incomprensible para Carlos, que entonces se confronta abiertamente y a través de su conducta con ellos. Lo anterior, se retroalimenta con el estilo vincular ambivalente, que

genera un gran desgaste emocional al implicarse el adolescente en discusiones muy intensas e improductivas o en actitudes que pueden ser contraproducentes y que terminan saboteando las iniciativas de autonomía del adolescente, ante padres que encuentran ahí los motivos para aumentar el control y restringir la exploración.

Carlos percibe la angustia de los padres y la existencia de temores relacionados con la muerte, son temas que le interesan y lo demuestra a través de los videojuegos, desafiando y provocando a los padres al hacer muy notoria su fascinación por la muerte en ellos. El temor de los padres se ubica en el dominio del secreto familiar respecto de la muerte del abuelo, por lo que no se explicita. Lo anterior impacta en Carlos quien refiere sentirse, sin saber por qué, excesivamente controlado, lo que lo cansa y enoja.

En este ámbito, y siguiendo lo planteado por Rodríguez (2009) el secreto familiar tiene entre sus funciones el dar sentido a la realidad, ya que se permite comprender ciertas conductas que fuera del marco del secreto resultarían raras. Así, la sobreprotección puede ser comprendida y compartida por el subsistema parental, ya que papá y mamá conocen el secreto. No así para Carlos, que vive la carga emocional y relacional del secreto, pero desconoce su contenido. Es posible que la vivencia de Carlos esté marcada por la ambivalencia en distintos niveles, quiere mayor autonomía, como todo adolescente, y en su estilo vincular se confronta y enoja con los padres, cayendo en conflictos improductivos y en manifestaciones de rabia que sólo aumentan la aprehensión de sus padres. Lo que llama la atención es que la preocupación de ellos se justifica más en el secreto familiar, que en los riesgos a los que efectivamente Carlos se expone.

Hay una incoherencia en la comunicación, que sólo se explica por el secreto, pero que como hemos revisado, genera ansiedad en Carlos, quien experimenta sus consecuencias, pero ignora el contenido del mismo. Es posible hipotetizar que el papá de Carlos falla en la respuesta sensible a las necesidades de autonomía de su hijo adolescente, ya que su forma de mirar el mundo está teñida por el secreto traumático que guarda. Así, el papá le ofrece a Carlos un vínculo que genera ansiedad, la historia de la familia de origen del padre de Carlos es el material a partir del cual se ha construido el modelo operativo interno de sus relaciones, y por lo tanto influye en la manera de tratar al hijo y en la calidad de su respuesta sensible.

Es interesante profundizar en como el estilo vincular ansioso ambivalente del hijo adolescente se construye a partir del modelo inseguro que le ofrece la relación con el padre, que funciona de esta forma en relación al secreto traumático. Es decir, la forma de vincularse de Carlos durante su momento evolutivo, genera ansiedad en el padre; sin embargo, es posible hipotetizar que esta ansiedad sea, a la vez, la que ha contribuido al estilo vincular inseguro del hijo. De esta forma, la familia queda atrapada e incapaz de sostener, encausar y contener los intentos de exploración del hijo, ya que la elección de Carlos para diferenciarse los asusta porque se conecta con el secreto, y en lugar de acogerlo se confrontan con ella, generando una escalada en la cual Carlos aumenta la conducta que es rechazada por la familia, en una actitud desafiante.

Al mismo tiempo, el actuar desafiante de Carlos pone en peligro que el secreto siga siendo secreto, ya que el adolescente se interesa por la muerte, que es justamente el contenido tabú de la familia. No es posible asegurar que Carlos se inclina por esta ruta para diferenciarse y mostrar su forma de pensar y sentir, siendo consciente del temor del papá;

por el contrario, el excesivo control le resulta incomprensible, y fue un hito para el proceso terapéutico que el secreto se develara, permitiéndole al padre recuperar la coherencia entre lo que se le exige al hijo y la motivación que hay detrás de dicha exigencia. La develación del secreto favoreció que la familia estableciera un estilo de comunicación más coherente, que hubiese una mayor capacidad para acoger y tolerar la exploración y diferenciación del adolescente, y fue posible visualizar en la evolución del caso, que el hito de la develación marcó el proceso terapéutico y generó cambios en el sistema familiar que favorecieron interacciones más cálidas y contenedoras, despejando las ansiedades de los padres y haciendo posible el ver al hijo adolescente en cuanto a sus características y necesidades.

Discusión

A lo largo del presente trabajo se entrelazó la mirada sistémica y la teoría del apego, la existencia de secretos familiares y el estilo de apego inseguro ambivalente en la adolescencia, con el caso clínico de un adolescente de 16 años, que se ha desarrollado en una familia estable y amorosa, pero que funciona ocultando un secreto traumático doloroso.

Como primer aspecto a destacar, es importante señalar que los elementos centrales del análisis, a saber, el vínculo inseguro ambivalente del adolescente y la ansiedad que genera el secreto familiar, operan de manera circular y recursiva. El secreto familiar determina la comunicación de la familia, haciéndola parcial y confusa; en este estilo de comunicación se desarrolla Carlos, quien establece un vínculo inseguro, que está relacionado con este estilo comunicacional generador de ansiedad.

Se pone en juego en el desarrollo de la terapia el modelo operacional interno del adolescente entendido como su particular forma de entender y relacionarse con el mundo. Esta forma de ser y estar en las relaciones con otros, es al mismo tiempo la que genera el síntoma, que trae a la familia a consultar. El mapa emocional del adolescente y su consecuente subregulación de las emociones propias del estilo vincular ansioso ambivalente, son leídas inicialmente como síntomas, pero luego, cobran un nuevo valor como mensaje al ser interpretados como conductas de apego, que buscan remover al sistema y generar seguridad por parte de las figuras de apego principales, con quienes las interacciones se desarrollan en base a la ansiedad y la ambigüedad comunicacional que produce el secreto.

Al hacerse presente la tarea evolutiva de la diferenciación del adolescente, se hace notorio que sus intentos de hacerse distinto de la familia toman un contenido que es estresante para los padres, porque evoca y se toca con el secreto: la muerte por suicidio del abuelo paterno. El adolescente habla de la muerte, juega con ella en el “como si” de los videojuegos, rehúye de obligaciones domésticas y escolares, señalando que el mundo es absurdo y que todos nos vamos a morir.

El modelo operacional del adolescente, visto como modelo epistémico que le permite conocer la realidad, comprenderse a sí mismo, a sus padres y al mundo en general, está marcado por la ansiedad que deviene con la comunicación confusa en una familia en la que hay un secreto. Lo anterior, enfrentado con la mayor capacidad cognitiva que permite el pensamiento formal adolescente, genera una crisis que no sólo avanza en dirección a la diferenciación de Carlos, sino que también hacia la necesaria develación del secreto para despejar la confusión de las relaciones familiares.

El secreto, al ser develado permite restituir la confianza, sincerar las conversaciones, disminuir la ansiedad. El adolescente a través del síntoma interpela a los padres, y estos al develar el secreto logran proveer al sistema familiar de mayores certezas, necesarias para que el hijo pueda diferenciarse. Si bien a lo largo de su trayectoria vital Carlos tuvo la experiencia de depender y recibir cuidados y amor, el clima emocional familiar hace que al momento de tener que tomar distancia para cumplir con su tarea evolutiva, sea muy difícil tener la certeza de que los vínculos son seguros.

El secreto familiar, al tener a uno de los miembros de la familia explicitando y verbalizando sobre la muerte, se ve más cerca de ser develado, lo que asusta a quienes lo guardan. Aquí opera lo recursivo: el adolescente que ha crecido en la ansiedad y el secreto en torno a la muerte, la elige, probablemente de manera inconsciente, como contenido central de su diferenciación. Esto aumenta la ansiedad familiar, que, en su intento por mantener la homeostasis, intentará censurar la diferenciación adolescente por su potencial incidencia en la develación del secreto. Al adolescente, esto le parece incomprensible y arbitrario, ante lo cual se “rebela” problemáticamente, entrando en una escalada con los padres, y desde su estilo vincular, provoca activamente a través de su actitud “contra el sistema”, generando así la familia el síntoma que los trae a terapia.

Sin lugar a dudas, el hito principal del proceso terapéutico tuvo que ver con la develación del secreto y el cómo los adultos de la familia fueron capaces de aceptar las emociones asociadas a ello y la curiosidad del hijo, generándose una apertura en un tema históricamente velado. Este momento fue crucial para que las ansiedades disminuyeran y se pudieran hacer más claros y coherentes los mensajes entre los miembros de la familia; mensajes que antes de la develación resultaban muchas veces incomprensibles.

Referencias bibliográficas

- Cerfogli, Claudia (2011) Apego y familias: relevancia del tema para terapeutas infantiles. Pg. 39-57. En *Psicoterapia de Niños, Niñas y Adolescentes: Una Mirada Sistémico/Relacional*. Germán Morales y Carmen Olivari editores. LOM Ediciones.
- Fonagy, Peter (1999). Persistencias transgeneracionales del apego: una nueva teoría. *Revista Aperturas Psicoanalíticas*. N° 003. Recuperado de: <http://www.aperturas.org/articulos.php?id=86&a=Persistencias>
- Glasserman, María Rosa (2007). Perspectiva Sistémico- Relacional, Ponencia Dictada en *Primera Jornada sobre Depresión*, Fundación Estudios Psicoanalíticos, Recuperado de: <http://www.fundep.info/pdfs/jornada20-10/ponencia-glasserman.pdf>
- Lecannelier, Felipe (2009) *Apego e Intersubjetividad II. Influencia de los vínculos tempranos en el desarrollo humano y la salud mental*. LOM Ediciones
- Rodríguez, Claudia (2009). Secreto en la transmisión transgeneracional. *Revista De Familias y Terapias*. Año 19, N 28.
- Sánchez, Luz Mary & Escobar, María Cénide (2011). Secreto nocivo y diferenciación. Estudio sobre familia. *Revista Prospectiva*, N° 13. Universidad del Valle. P. 48 - 64 Recuperado de: <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/xmlui/bitstream/handle/10893/1126/Prospectiva%2013%2cp.47-64%2c2008.pdf?sequence=1>

Sassenfeld, Andre (2012). Consideraciones sobre el apego, los afectos y la regulación afectiva. *Revista Clínica e Investigación Relacional*. Vol 6. Pg. 548 a 559. Recuperado de: http://www.psicoterapiarelacional.es/Portals/0/eJournalCeIR/V6N3_2012/11_Sassenfeld_Consideraciones%20sobre%20el%20apego-los-afectos-y-la-regulacion-afectiva_CeIR_V6N3.pdf

Oliva, Alfredo (2011) Apego en la adolescencia. *Revista Acción Psicológica*. Vol 8 No 2. P. 55 - 65 Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación Universidad de Sevilla. Recuperado de: <http://revistas.uned.es/index.php/accionpsicologica/article/viewFile/190/144>