

La separación: aspectos metapsicológicos y clínicos

Catherine Goetschy

El tema de la separación ha cobrado mayor importancia en la historia del psicoanálisis junto con el estudio de las relaciones tempranas, o sea, los vínculos que los bebés desarrollan con sus primeros objetos de amor (los padres o las personas que se ocupan de su crianza). Podría decirse que el tema de la separación posee un lugar central en la reflexión clínica de fines del siglo XX y principios del XXI. Pensar acerca de la separación conlleva una reflexión profunda sobre cuestiones tan diversas como las del desarrollo mental y emocional del bebé –normal y patológico–, el establecimiento de vínculos significativos con otros (es decir, cómo se construyen en un inicio), la sexualidad humana (dicho sea de paso, la palabra *sexus* en latín viene de *secare*, que significa “cortar”), el conflicto psíquico y las emociones que despierta, así como el trabajo que impone a la mente.

LA SEPARACIÓN ES UN FENÓMENO UNIVERSAL

A lo largo de la vida, todos los seres humanos pasamos por una serie de separaciones, algunas temporarias, otras definitivas. Sin embargo, son normales, necesarias e imprescindibles para la construcción de la individualidad. Dentro de las múltiples separaciones normales, pueden mencionarse las siguientes. En un desarrollo regular, la primera separación es la del cuerpo de la madre que ocurre al momento del nacimiento, sigue el destete, el nacimiento de un primer hermano implica perder el estatus de hijo único, ir al kínder y luego a la escuela conlleva una separación. Las mamás se acordarán probablemente de la renuencia, de las lágrimas y/o de la rápida huida de sus hijos en el primer día de clases (tal vez se acuerden incluso de las propias). La adolescencia es una época de transición entre la niñez y la adultez, llena de separaciones (del cuerpo y la sexualidad infantiles, también de los padres como objetos amados y admirados, entre otras). Para muchos jóvenes, el estudiar lejos de la casa parental significa dejar el hogar para siempre. Durante la vida adulta, eventos tales como el casamiento, el divorcio, los cambios laborales (ya sean ascensos, ya sean despidos), la muerte de los padres, implican separaciones más o menos bruscas, deseadas o duraderas. Finalmente, la vejez es en general una etapa de la vida en la que se acumulan las separaciones y pérdidas. Notamos que la experiencia de separación es ineludible: no hay algo que comience cuyo fin no llegará algún día.

Quiero hacer una aclaración entre los términos separación y duelo, ya que aparecen muchas veces juntos en la literatura. La separación alude a algo temporario, es decir, después de una separación existe la posibilidad de un reencuentro con el objeto, mientras que en el duelo la pérdida es definitiva. Ahora, dentro de la práctica y la clínica, la diferencia tal vez no sea tan clara. Para un bebé la separación momentánea de la madre es primero vivida como una pérdida total, hasta que pueda tener en su mente una

representación del objeto “mamá” que no está presente; de allí la importancia de una ausencia no demasiado prolongada de la madre. El destete, unas de las separaciones normales y necesarias del desarrollo que recién mencioné, es de hecho una pérdida definitiva del seno materno. En cuanto al duelo, por ejemplo, la muerte de un ser querido, si bien no cabe más la posibilidad de encontrarla en la realidad externa, la persona sigue existiendo en la mente de uno –y hasta como un objeto bueno– siempre y cuando uno acepte su desaparición después de un trabajo de duelo. Separaciones y duelos exponen al sujeto a la ausencia y la renuncia; por lo tanto, provocan reacciones, emociones y defensas similares, que van desde lo normal hasta lo patológico. En mi exposición hablaré de separaciones aunque algunas de ellas sean definitivas.

LOS SERES HUMANOS PRESENTAMOS UNA GAMA AMPLIA DE REACCIONES FRENTE A LA SEPARACIÓN

En general, los cambios y más aún las separaciones nos afectan, cualquiera que sea nuestra edad o grado de dependencia hacia otros. Perturbaciones en el sueño o en el apetito, variaciones importantes en el estado de ánimo, sentimientos de inseguridad, enojo o tristeza, enfermedades físicas, desgane, apatía, irritabilidad y agresividad, la búsqueda desenfrenada de actividades, el alcoholismo, la práctica de deportes peligrosos, son manifestaciones bastante comunes frente a la separación.

No siempre logramos conectar dichos indicadores con sentimientos de pérdida, en parte, porque se supone que los eventos felices (ir a estudiar a otra ciudad u otro país, casarse, tener nuevas responsabilidades en un trabajo o mudarse a una casa nueva) son deseables; por consiguiente, uno no está tan pendiente de lo que se perdió. Por otra parte, también solemos usar poderosos mecanismos de defensa para eludir el dolor mental asociado a la pérdida. Por supuesto, hay pérdidas dolorosas de entrada, en particular, la muerte de un ser querido.

Las manifestaciones que solemos encontrar en la clínica analítica como respuesta a una separación son tan variadas como el temor a ser olvidado, el apego o la fusión con otras personas para nunca sentirse solo, la hostilidad y la rabia, el sentimiento de no necesitar de nadie más, la insensibilidad a lo sucedido, el sentimiento de no valer nada; finalmente, tenemos las adicciones, donde suele existir una fantasía de control todopoderoso sobre la sustancia o la actividad (que por ende nunca le hace falta a uno). Con eso espero haberles mostrado que la separación, fenómeno universal, desencadena respuestas individuales.

EL AFECTO MÁS CARACTERÍSTICO DE LA SEPARACIÓN ES LA ANGUSTIA

Freud lo detecta desde 1905 en *Tres ensayos de una teoría sexual*, donde supone que la angustia del niño surge cuando añora a la persona amada. En aquel momento de su reflexión teórico-clínica, la angustia no se debe a la ausencia del objeto *per se*, sino a la imposibilidad del niño de satisfacer su libido –o sea, el deseo de ser amamantado o

apapachado— si el objeto de amor no está junto a él. De la misma forma, la ansiedad del adulto resulta de la acumulación de sus deseos sexuales insatisfechos. Años más tarde, en *Inhibición, síntoma y angustia* (1926), modifica su primera teoría de la angustia. En el segundo modelo, la angustia se relaciona de manera directa con la ausencia del objeto debido al estado de desvalimiento psíquico y físico del niño pequeño. Freud discierne en ese texto una serie de situaciones en distintas épocas de la vida capaces de precipitar en el niño la misma vivencia traumática que ya experimentó frente al aumento de la tensión de necesidad en el momento del nacimiento. Dichas situaciones son sucesivamente, la pérdida de la madre como objeto, la pérdida del pene o castración, la pérdida del amor del objeto y luego la pérdida del amor del superyó (en el modelo freudiano, este último es la instancia de nuestra personalidad encargada de juzgar al yo y proveerlo con reglas a seguir y valores. Es la conciencia moral de cada uno). Estos acontecimientos remiten todos al peligro que conlleva una separación y/o pérdida, empezando con la madre, como objeto que satisface la necesidad del niño. Más tarde, perder su amor significa que la madre presente se vuelve mala/severa para el niño; lo mismo vale para el superyó como internalización de las figuras parentales. Con la castración se corre el riesgo de perder el pene si uno no renuncia a la posesión de la madre; esta amenaza apunta a la imposibilidad de satisfacción de los deseos edípicos. La angustia es el afecto señal emitido por el yo frente al peligro, cuya misión es evitar la situación traumática; el dolor es la reacción frente a la pérdida del objeto. La intuición freudiana de una conexión íntima entre la angustia del niño y la separación del objeto encargado de saciar sus necesidades y deseos, dio pie para que otros analistas —siendo la pionera Melanie Klein— plantearan la existencia de relaciones de objeto tempranas.

Debemos, por supuesto, a los trabajos de Klein una comprensión más profunda de las primeras situaciones de angustia que experimentan niños pequeños en la relación con sus objetos, particularmente respecto a la separación o la pérdida. En el análisis de su juego, Klein observa que tratan más de controlar su agresión que su sexualidad (a diferencia del modelo freudiano); vincula entonces la ansiedad del niño con el sadismo y los impulsos agresivos que lo aterrorizan (1928). Una de las primeras situaciones de angustia parte de la fantasía de atacar el cuerpo materno y sus contenidos (bebés y pene del padre); luego los niños temen una venganza por parte de la madre. De acuerdo con la autora: “La angustia primordial que el yo combate es la amenaza que surgió del instinto de muerte” (1958). El yo expulsa y proyecta en el objeto parte de la pulsión de muerte, es decir, los impulsos más hostiles con el fin de no ser destruido por ellos; las fuerzas pulsionales siempre amenazan la estabilidad del yo. No obstante, esa operación defensiva tiene un precio: el objeto externo percibido como malo se introyecta en el interior del *self* (entendido como mundo interno).

Aparece entonces la angustia persecutoria donde el yo teme ser aniquilado por el objeto malo, externo e interno. La mamá que no viene a dar el pecho es vivida como un objeto que daña al yo y, por consiguiente, es odiado por él. Junto con las experiencias con el objeto malo, el bebé internaliza otras, en las que el objeto es percibido como bueno porque lo alimenta y calma. La reaparición de la madre en la realidad es esencial porque

reasegura al infante acerca de la fuerza de sus objetos externos y disminuye la creencia en la potencia de sus fantasías destructivas. El pequeño, poco a poco, adquiere una visión menos fantástica del mundo. El bebé se vive menos amenazado en su yo y disminuye la necesidad de expulsar los impulsos agresivos.

Asimismo, empieza a percibir al objeto de forma más integrada cuando confluyen sus aspectos malos y buenos (desde la perspectiva del bebé). En ese momento surge otro tipo de angustia –que Klein llama depresiva– donde el bebé siente que ha dañado con sus ataques al objeto bueno cuando depende de él. No sólo experimenta tristeza por haber perdido al objeto bueno externo, sino también culpa por haber arruinado al objeto bueno interno. Angustia persecutoria y angustia depresiva son paradigmáticas de dos modos de funcionamiento mental, que la autora denominó posiciones. En la posición esquizoparanoide el temor central se conecta con la sobrevivencia del yo ya que se siente perseguido desde el interior y el exterior. En cambio, en la posición depresiva la mayor preocupación se dirige al objeto interno bueno y su supervivencia. La propuesta de las posiciones difiere de la de los estadios del desarrollo: una no es relevada por la otra (aunque Klein lo haya planteado así en un inicio), sino que son modos distintos de funcionamiento que se reactivan a lo largo de la vida.

Estas proposiciones nos permiten entender que frente a una separación o pérdida coexisten ambos tipos de angustia, persecutoria y depresiva. Por ejemplo, una persona puede sentir una desesperanza inmensa y auto acusarse por la desaparición de un ser querido, a la vez que experimenta un enojo intenso porque la ha dejado. La proyección del odio transforma el objeto perdido en objeto malo, pero luego se ensaña contra el propio yo, que teme nunca más ser amado o ser condenado al abandono. Puede ser que tal concepción de emociones contrapuestas que se dirigen hacia una misma persona –amor y odio, cariño y hostilidad– sea compleja de asimilar. Tras la desaparición de un pariente cercano o de un allegado, es común que uno se esfuerce por recordar los sentimientos positivos que lo unían a él. Sin embargo, las relaciones humanas difícilmente escapan a la ambivalencia.

Después de Klein se ha investigado mucho acerca de la separación. La mayoría de las corrientes en el psicoanálisis actual han incorporado la noción de las relaciones de objeto tempranas y estudiado sus vicisitudes. Eso no debe perder de vista que existen variaciones importantes en los modelos del desarrollo normal y patológico, en las teorías explicativas de las dificultades para separarse de una persona, en las metas terapéuticas o en las técnicas empleadas. En lugar de darles un panorama por autor y/o modelo teórico, decidí presentarles a continuación algunas de las cuestiones centrales asociadas con el tema de la separación. Quiero señalar que cualquier teoría sobre los orígenes conlleva una parte especulativa: la infancia temprana sigue siendo un misterio por ahora respecto a cómo funciona la mente; aunque haya mucho escrito sobre el tema, de todos modos estamos en un territorio lleno de suposiciones.

LA SEPARACIÓN ES INDISPENSABLE PARA LA CONSTITUCIÓN DE LA INDIVIDUALIDAD, LA CONSTRUCCIÓN DE REPRESENTACIONES Y LA POSIBILIDAD DE PENSAR

Distintos analistas enfatizan el rol imprescindible de la separación (y de la pérdida) para poder nacer como individuo y tener la capacidad de pensar, junto con todo lo que implica: construcción de representaciones y simbolización. Necesito hacer otra aclaración antes de seguir: si bien la separación es la condición *sine qua non* del desarrollo normal, no hay que olvidar que separarse no es el primer reto del bebé. Todo lo contrario: el pequeño nace separado y su tarea consiste en establecer vínculos de dependencia que le resulten benéficos con las personas a su alrededor. La transición de la vigilia al sueño –y viceversa– conlleva una separación diaria y masiva, no solamente de un objeto determinado, sino de un conjunto de personas y sensaciones (Konicheckis, 2013). Lo que el bebé tiene que crear es un sentimiento de continuidad a partir de las experiencias de discontinuidad (tales como la pérdida de sensaciones y objetos). La noción de separación surge después: implica que los objetos psíquicos y los lazos con ellos ya existen.

Margaret Mahler ha sido una de las primeras analistas en reconocer la importancia de la relación madre-bebé para el desarrollo del *self* (entendido como conjunto del psiquismo o de la personalidad). Su trabajo terapéutico con niños gravemente perturbados le ha permitido no solamente hacer importantes contribuciones al estudio de la psicosis infantil (en particular distinguir la psicosis simbiótica de la autística en 1952) sino también entender que *la constitución del self se basa en la posibilidad de separarse de la madre*. Ella concibe el desarrollo como un proceso psíquico de separación-individuación (1975). La individuación tiene que ver con la evolución de la autonomía intrapsíquica (eso alude a la adquisición de funciones yóicas, tales como la percepción, la memoria y la cognición; de manera general, lo que posibilita la estructuración del sí mismo), mientras que la separación se relaciona con la diferencia bebé-madre, desde la matriz simbiótica a la paulatina desvinculación de la madre.

El niño muestra ansiedades de separación a partir del quinto o sexto mes ante la presencia de extraños (llora cuando no reconoce el rostro de la madre). Luego, dichas ansiedades se vuelven particularmente intensas entre los quince y veinte meses. El niño ya es capaz de alejarse físicamente de la madre a la vez que se tropieza y no consigue lograr solo todo lo que quiere, o sea, pierde su sentimiento de omnipotencia. Aparece entonces un conflicto entre la autonomía y la fusión simbiótica con la madre, que le permite satisfacer mágicamente sus deseos; sin embargo, teme ser absorbido de nuevo por ella. Es la edad en la que los niños se muestran con frecuencia insatisfechos y berrinchudos. El proceso de separación-individuación –que empieza a los cinco meses después de las etapas de autismo y simbiosis normales– pasa por fases y sub fases consecutivas cuya meta consiste en la resolución de las ansiedades de separación; idealmente, se completa a los 36 meses.

Si transcurrió de manera normal, culmina con la posibilidad de contar con una representación permanente de la madre investida libidinalmente (a pesar de las proyecciones de amor y odio), lo que se llama constancia objetal, y diferenciada de la del

sí mismo. De lo contrario, el niño se queda atorado en una de las etapas, tal como sucede en los niños con una psicosis simbiótica. El modelo de Mahler –que lamentablemente casi ha desaparecido del panorama psicoanalítico actual– me parece útil para entender que: a) la separación emocional de la madre es el resultado de un proceso sin el cual no existe posibilidad de individualidad; b) el conflicto entre la autonomía y ser uno con el objeto primario, con sus respectivas ansiedades de separación o reabsorción, puede reactivarse en períodos más tardíos –adolescencia, adultez o vejez; c) la separación puede provocar una desorganización y/o una pérdida de funciones cuando las partes más frágiles (o psicóticas) toman momentáneamente el control de la mente. En la clínica notamos que después de una interrupción del vínculo analítico (por vacaciones, por ejemplo) algunos pacientes pierden la posibilidad de transmitir su sentir con palabras, otros presentan reacciones desproporcionadas frente a la frustración y en otros más se desdibujan las fronteras del *self*.

Wilfred Bion y los analistas que siguen su modelo han enfatizado *el papel del pecho ausente o “no-pecho” en la génesis del pensamiento* y el consiguiente desarrollo del aparato para pensar. De hecho, existe una conexión directa entre la ausencia del objeto y la posibilidad de evocarlo en la mente: uno sólo puede “pensar en” algo o alguien ausente. Si el objeto está presente, uno lo percibe y no piensa más en él, acaso podrá “pensar o reflexionar acerca de él” (es la diferencia que media en inglés entre “*think of*” y “*think about*”). Recién revisamos algunas ideas de Klein acerca del pecho bueno y malo. El niño vive a la mamá que lo alimenta como un objeto bueno mientras que el hambre se experimenta como un objeto malo (el pecho necesitado no está presente y deja al bebé morir de hambre). Cuando predomina, el objeto malo-ausente puede ser un obstáculo para el desarrollo psíquico del bebé porque dificulta el acceso al objeto interno bueno.

En *El objeto ausente* (1980), Edna O'Shaughnessy, quien retoma y amplía algunas de las ideas bionianas, plantea que el objeto ausente también estimula el crecimiento emocional y mental del bebé. Bion en verdad modifica la premisa de Klein acerca de las duplas: bueno-presente y malo-ausente. En su opinión, el bebé hambriento siente que hay un pecho malo y presente que lo frustra y se encuentra ahora frente a un momento clave para su desarrollo psíquico: entender que el pecho que él quiere poseer no es el pecho malo presente, sino el pecho bueno y ausente cuando lo necesita. O sea, a partir de la experiencia de un pecho necesitado y ausente, vivido como un pecho malo presente en la fantasía, el bebé tiene que poder “pensar en” el pecho bueno ausente, hacerlo presente en su mente, saber que sí existe y que lo aliviará. Notamos que el objeto ausente le da al bebé la posibilidad de conocer la realidad: la realidad interna (su necesidad) y la externa (el pecho bueno ausente). La cuestión de cómo se lidia con la ausencia del objeto es central no sólo para el infante, sino también para el niño y el adulto; pone al sujeto frente a una elección crítica: evadir o tolerar la frustración causada por dicha ausencia. La segunda opción es el punto de partida del desarrollo de la capacidad para pensar, la cual permitirá modificar la frustración, volviéndola más aguantable. Eso se pone en juego, por ejemplo, durante las interrupciones del tratamiento: ¿El paciente será capaz –o no– de preservar y usar la comprensión que adquiere en las sesiones cuando el terapeuta se va?

Si el objeto es percibido como benévolo a pesar de su ausencia, se podrá confiar en su bondad así como en su regreso.

Me gustaría recalcar que la ausencia es una condición esencial de cualquier relación; de lo contrario se da una especie de fusión con el objeto que perjudica el desarrollo de la identidad del sujeto y la posibilidad de pensar desde su propia mente. La separación no sólo es el punto de partida para la construcción de representaciones sino que conlleva la posibilidad del reencuentro con el objeto, en general placentero. O'Shaughnessy (1980) agrega que la presencia continua del objeto sería persecutoria por dos razones: el niño experimentaría al objeto como intrusivo y/o sentiría culpa por acapararlo. La ausencia del objeto externo es indispensable para el niño.

AUNQUE LA SEPARACIÓN ES INELUDIBLE E IMPRESCINDIBLE, CONLLEVA DIFICULTADES Y CONFLICTOS

Uno de los problemas de la separación es el paso de la presencia a la ausencia: ¿Qué pasa cuando la representación interna del objeto se desprende de la percepción del mismo? Muchas investigaciones acerca del desarrollo temprano han establecido que el niño es capaz de conservar una imagen mental del objeto en su mente a partir de cierta edad (alrededor de los 6 meses), pero dicha capacidad se consolida hasta los 18 meses. Antes, la desaparición del objeto en la percepción arrastra consigo la representación que se tiene de él. Es lo que se llama *permanencia del objeto*, que es importante no confundir con la constancia objetual de Mahler, de la que recién hablé. Por supuesto, las separaciones son posibles aunque el infante esté más pequeño, pero pueden resultar problemáticas, sobre todo antes de la adquisición del lenguaje verbal (porque se pierde ese otro significativo con quien se han establecido formas de comunicación no verbales). Es la razón por la que no conviene dejar niños pequeños: necesitan la presencia de sus padres que se encargan de múltiples tareas en su lugar y los reaseguran contra los profundos temores de quedarse solos.

Otro de los problemas de la separación consiste en la función que cumple el objeto. De acuerdo con Bion, el bebé tiene necesidades corporales y psicológicas. Una de éstas es la de contar con un objeto externo en el cual puede volcar sus estados mentales, sus emociones y las partes indeseadas de su propio *self* (como los impulsos hostiles). Si la madre tiene la suficiente receptividad (o capacidad *rêverie*), podrá absorber esas proyecciones, metabolizarlas y regresarlas al bebé de manera a que le resulten más tolerables. Puede usar palabras o no; lo que importa es cómo recibe la angustia y la amortigua. Si la madre se va, deja al bebé sin la posibilidad de disponer del continente que tanto necesita. Para los niños con intensos impulsos destructivos, la ausencia de la madre significa además que nadie los ayuda a controlar las partes malas de su *self*; se sienten entonces a merced de su envidia y su odio. Todo esto es igualmente válido para niños más grandes y adultos. Algunos objetos proveen organización mental, otros sentimientos de vitalidad y entusiasmo; otros más calman y lo hacen sentir seguro a uno; hay objetos que fungen como sostén narcisista y brindan al sujeto el sentimiento de ser valioso e

importante. Observamos en el consultorio los avatares de la pérdida del continente analítico durante las vacaciones. Frente a una separación, temporaria o permanente, el sujeto pierde no sólo al objeto sino las funciones que este cumple. Incluso llegan a perderse partes del *self* que han sido depositadas en el objeto; en ese caso la separación se vuelve aún más desgarradora.

La ausencia del objeto despierta distintos conflictos, según el momento del desarrollo en el que ocurre o el tipo de relación que el niño tiene con él. Empezaré con las relaciones diádicas, del tipo madre-niño. Allí la separación pone en evidencia cuán dependiente es el niño del objeto para toda una serie de satisfacciones; la ilusión omnipotente de poder solo, fracasa. Ahora no utilizaré el modelo de Mahler, sino que retomaré algunos planteamientos de la escuela francesa contemporánea. De acuerdo con René Roussillon (2013), surge una herida narcisista junto con un primer conflicto de ambivalencia. El niño siente hostilidad hacia el objeto porque le hace falta y eso lo pone en contacto con su dependencia; al mismo tiempo lo quiere y lo valora. Aparece entonces un nuevo conflicto acerca de qué vía de satisfacción elegir ante la ausencia del objeto y los sentimientos contrapuestos que provoca.

En breve, existen dos caminos: el auto-erótico y el hetero-erótico. El primero consiste en investir la representación interna del objeto, apropiarse lo vivido a su lado e identificarse con él. Es decir, el niño se trata a sí mismo tal como el objeto lo ha tratado antes. Por ejemplo, un niño que se cae en el parque y se raspa la rodilla podría decirse en voz alta: “no es nada grave, es sólo un poco de sangre y luego te pones una curita”; se calma y se consuela solo, tal como la madre lo hizo probablemente antes con él. La vía auto-erótica, en mi opinión, corresponde a la identificación narcisista que Freud describió en su estudio sobre Leonardo da Vinci (1910); es también la que posibilita la capacidad para estar solo en presencia de la madre, descrita por Donald Winnicott (1958). Dicha vía brinda cierta independencia hacia el objeto, permite manejar la ambivalencia y mantener a salvo la relación con él. Sin embargo, no está libre de conflicto, sobre todo en torno a: 1) la reacción del objeto ante lo que el niño se apropió –¿lo tolerará o no?–; 2) la sobrevivencia del objeto; 3) el posible sentimiento de culpa del niño por haber agarrado lo que pertenecía al objeto; y 4) qué pasa cuando el objeto externo regresa, pues existe la tentación de quedarse en la modalidad auto-erótica. En cambio, si escoge el camino hetero-erótico, el infante tratará de retener el objeto a toda costa, hacerlo regresar y/o buscar un objeto sustituto. En esta segunda vía no se modifican ni la dependencia ni la ambivalencia; es una opción menos atractiva para darle solución a la ausencia del objeto.

Pasaré a examinar qué sucede cuando *la relación es triádica*, del tipo niño-madre-padre. En ese momento del desarrollo el niño tiene una representación permanente del objeto en su mente. Cuando el objeto está ausente se imagina que está en otra parte, seguramente con alguien más. El conflicto de ambivalencia que se presenta ahora es distinto del precedente: es el correspondiente al complejo de Edipo. No se da con el objeto sino con el objeto del objeto. Este último es el rival y hay que retomarle el objeto. El niño integra el objeto del objeto a sus actividades auto-eróticas; también siente que

cuando el objeto está en pareja no lo ha olvidado (lo cual refleja lo que pasa en su propia mente: puede pensar en el objeto a pesar de su ausencia).

Las ideas de Roussillon me parecen relevantes en la clínica. Toda separación reactiva tanto aspectos diádicos como tríadicos de la relación con el objeto (es importante detectarlo en la transferencia). Con el fin de poder enfrentarse a ella algunos sujetos privilegian la vía auto-erótica que les permite estar solos consigo mismos –donde se tiene al mismo tiempo una relación con los objetos internos– mientras que otros buscan sin cesar un objeto externo sustituto. (Lo anterior remite en el fondo a la cuestión de dónde se pone la libido: o bien en el sí mismo –es el *narcisismo secundario* de Freud– o bien en el objeto).

LIDIAR CON LA SEPARACIÓN

Ya describí algunos de los métodos que pueden usarse para manejar la separación o volverla tolerable. Tenemos el desarrollo de la capacidad continente y del aparato para pensar de Bion. Otros analistas (como Hanna Segal) han entendido la formación de símbolos y representaciones como una forma de poder evocar lo ausente y que permite al yo aminorar la angustia que emana de la relación con el objeto, en particular ante la posibilidad de perderlo. Está también la capacidad para estar solo de Winnicott, donde la ausencia del objeto externo se combina con una presencia del objeto en el interior de sí; afianza el sentimiento de continuidad, tanto del sí mismo como del objeto.

El juego es una forma que los niños utilizan con frecuencia para domeñar las angustias que desencadena la separación; permite desplegar las emociones (amorosas y hostiles) con juguetes que simbolizan al objeto sin temer represalias de su parte. Freud lo observa en el juego de su nieto con el carretel (1920): lo lanza lejos, jugando a que se va; de vez en cuando lo recupera. La sagacidad clínica de Freud le permite entender que el juego es una forma de aceptar la partida de la madre y renunciar a la satisfacción pulsional de estar con ella. El niño intenta también apoderarse (vía la actividad) de una vivencia desagradable que experimentó primero de manera pasiva. Debemos nuevamente a Klein –quien introdujo la técnica del juego en el análisis infantil– una comprensión profunda de los significados y propósitos del juego (1932). Cuando una niña juega a cuidar y vestir su muñeca, se identifica con ella; comprueba de esta forma que su madre la sigue amando (a pesar de los ataques fantaseados contra el cuerpo materno); disminuye por lo tanto su miedo a ser abandonada por ella. Asimismo, el niño que juega con un luchador que libra todas las batallas, trata de demostrarse que su pene es potente pero que no ha destruido el interior materno.

Winnicott plantea que el objeto transicional (el peluche que el niño lleva a todas partes) tiene un rol en la elaboración de los sentimientos de pérdida. El espacio de transición hace un puente entre lo que separa el yo del no yo, donde dicho objeto transicional es la primera posesión no yo. Les recuerdo que para este autor, el bebé nace indiferenciado de la madre. El modelo winnicotteano sigue muy popular y vigente para entender las

relaciones de objeto tempranas. Las vías auto y hetero—eróticas de las que recién hablé son modos adicionales de manejar la separación y los consiguientes conflictos. La identificación es por supuesto otra forma de lidiar con la separación y la pérdida al incorporar el objeto (o partes del mismo); participa en todos los modos de enfrentar la separación que acabo de mencionar y, en ocasiones, resulta más patológica. Es el caso de la melancolía donde el sujeto se identifica con un objeto perdido y odiado, eso conduce a una división del yo (donde una parte critica severamente a la otra) con la que se reproduce en su interior el pleito con el objeto.

Me falta abordar el tema de las defensas contra la ansiedad de separación. En verdad, todo el arsenal defensivo se vuelve disponible para luchar contra los sentimientos que provoca la separación. Si me preguntan cuáles se emplean más, les contestaría que depende de las estructuras de personalidad y de las “preferencias” individuales. Si tomo en cuenta mi experiencia clínica les diré que las defensas más frecuentes ante la separación y las interrupciones en el vínculo analítico son: a) la identificación proyectiva del sentimiento de abandono en la persona del terapeuta (el paciente falta a su sesión sin avisar); b) el *acting*, donde el paciente actúa en el exterior (o en la sesión) con el fin de descargar las emociones impensables (los *actings* van desde el accidente al embarazo con una pareja inestable/muy reciente, pasando por las relaciones promiscuas); c) la negación de cualquier reacción o emoción; d) la pérdida de sentido: al paciente se le borran las cosas y su importancia, asimismo aparece una pérdida en el sentimiento de continuidad, tanto en las relaciones con los demás como en la propia identidad. En términos de Green, estamos frente a una desinvertidura. Desde el enfoque bioniano, no se ha podido preservar ni acceder al objeto bueno en el intervalo de su ausencia; e) la fusión o el ser uno con el objeto merece una mención especial: algunos pacientes nunca han podido separarse emocionalmente de la madre aunque no vivan con ella (hasta pueden tener pareja). La falta de diferenciación entre el yo y el objeto permite esquivar el odio, la envidia, la separación —y la consiguiente pérdida del objeto—. Visto desde otra perspectiva el des-dibujamiento de las fronteras entre el sujeto y el objeto alivia el sentimiento de desgarre y discontinuidad.

EL PROCESO DE SEPARACIÓN MALOGRADO

La patología de la separación es un tema bastante vasto. Abarca tanto los factores que impiden la separación o la vuelven traumática, como las consecuencias en el desarrollo del niño y/o las posibilidades vitales de una persona. Algunos autores recalcan el papel del temperamento del niño; no aguanta la separación —y buscará estrategias para negarla— porque es intolerante a la frustración y/o se siente invadido por objetos internos malos a raíz del enojo contra la madre que lo dejó. William Fairbairn (1952), un analista británico, plantea que ciertos niños no logran renunciar a la dependencia infantil para pasar a la dependencia madura porque separarse del objeto les causa demasiada angustia; se quedan entonces atorados en la transición.

Desde el concepto de identificación, Jacques Lacan subraya que pueden aparecer dificultades en la separación cuando el sujeto se encuentra identificado con el deseo del otro. Es bastante frecuente que hijos solterones estén apresados en el deseo materno del cual no consiguen escapar. Se quedan a vivir junto con la madre con el pretexto de que ella necesita ser cuidada (por ser grande o enferma), o bien, de que carecen de los recursos económicos suficientes para vivir solos o de que su intensa vida profesional les impide formar una familia. Acuden a terapia porque por un lado quieren separarse y, por el otro, desean seguir viviendo en pareja con la madre y ocupar el lugar del padre. Notamos que la identificación constituye un modo para lidiar con la pérdida o la ausencia a la vez que puede convertirse en un obstáculo importante para conseguir la independencia emocional.

En cambio, otros analistas, como M. Mahler, Donald Winnicott y John Bowlby, ponen el acento en las características del medio externo y sobre todo de la madre o quien se ocupe principalmente del bebé. Ven las dificultades del niño para separarse y/o para formar vínculos de dependencia como el resultado de una falla materna. Se observarán alteraciones en el proceso de separación-individuación cuando el objeto primario está ausente o queda dañado (en la mente del niño). Asimismo, si las necesidades simbióticas de los primeros meses no son cubiertas, aparecerán dificultades en la estructuración del yo que pueden dar lugar a expresiones somáticas, trastornos del sueño o de alimentación. De acuerdo con Winnicott, la madre que no le permite al niño apropiarse sus funciones cuando juega a ser la madre entorpece el desarrollo de la capacidad para estar solo en su presencia. En consecuencia, el infante o bien se aferra a ella o bien se retrae y evita el contacto con ella. El maternaje deficiente se manifiesta en la ausencia de fenómenos transicionales (el objeto transicional sólo puede representar a la madre suficientemente buena).

Bowlby (1985) plantea que la primera necesidad del bebé es la seguridad y el cuidado físico, es eso lo que lo motiva a buscar un objeto y tener lazos afectivos con él (no la sexualidad como lo pensaba Freud). La adquisición de un apego seguro es crucial para un desarrollo sano, para eso se necesita “una relación cálida, íntima y continua con la madre”. Si no se logra, se presentarán ansiedades intensas ante la separación (o sea, sufrimiento mental), posiblemente fobias, junto con conductas evitativas, ambivalentes o agresivas en los vínculos, llegando hasta el desapego permanente.

Podría pensarse en una línea intermedia entre la postura ambientalista y la que privilegia el temperamento del niño, donde las separaciones malogradas resultan de una combinación poca afortunada de factores internos y externos. La muerte prematura de la madre es un evento traumático que deja cicatrices (conscientes o no) en la mente de un niño pequeño. Las características de la madre (sin capacidad continente, poco sensible a las necesidades de su bebé, intrusiva o renuente al alejamiento de su hijo) pesan sobre las introyecciones del niño; pocos analistas lo negarían. A fin de cuentas, la mente del niño – con su contenido pulsional o sus disposiciones temperamentales– se estructura y modifica a partir de sus relaciones con otros significativos. André Green en su complejo de la madre

muerta (1980) muestra cómo una desinvestidura repentina del hijo en época de crianza o en sus primeros años por parte de la madre afecta la posibilidad de establecer lazos duraderos con objetos, dado que en la mente predomina el hueco en la trama de la relación con la madre. Se reproducirá en los vínculos posteriores lo **no** vivido con la madre, donde lo que el sujeto experimenta es la separación o el abandono.

LA SEPARACIÓN EN EL PROCESO ANALÍTICO

El vínculo analítico es el lugar privilegiado para observar y elaborar las reacciones ante la separación, pasadas y presentes, antiguas y nuevas en cada interrupción (de una sesión a otra, en fines de semana y vacaciones). Tener varias sesiones semanales es parte de un encuadre en el que se juegan los procesos de discontinuidad-continuidad.

Al inicio de mi exposición, subrayé la variedad de respuestas ante la separación. Pasa lo mismo con nuestra ausencia: unos pacientes van a sentirse ansiosos y expresan sentimientos de abandono, otros podrán hablar de qué tan celosos se sienten imaginando que su terapeuta convivirá con su familia pero no con él (ella) “porque sólo es un paciente”, otros más mencionarán que pelearon con la pareja; no tienen conciencia de que se enojaron con ella en lugar de enojarse con nosotros porque no los atendimos. Algunos pacientes van a sentirse cansados y desganados (donde la pérdida de interés puede ser una reacción depresiva porque se pierde el contacto con el objeto interno bueno). Otros van a aprovechar el anuncio de la interrupción para decir que ellos no podrán asistir tal día, como una fantasía de rivalizar con el terapeuta. Con frecuencia los pacientes utilizan defensas poderosas tales como la negación de la falta y/o la identificación proyectiva para depositar en otros el sentimiento que les despertó nuestra ausencia, ya sea de desvalimiento (los que se ocuparon de la amiga con problemas), ya sea de exclusión (los que se involucran en una relación extra-marital). Algunas personas nos sustituyen con libros de autoayuda. Otras personas no refieren una reacción particular, a raíz de la interrupción simplemente dejamos de existir en su mente (eso es la discontinuidad). Es esencial entender que la falta de registro de la separación también nos revela algo del paciente. En ocasiones, no expresará lo que siente mediante la comunicación verbal sino a través de un *acting*: por ejemplo, falta sin avisar a la primera sesión después de las vacaciones o, incluso, con una sensación corporal (tal como el frío).

Nuestra tarea consiste en detectar e interpretar esas reacciones en la transferencia así como los conflictos que despiertan. No ayudar al paciente a entender qué le pasa ante la separación conduce muchas veces a abandonos prematuros de la terapia. Las interrupciones nos brindan una gran oportunidad para entender más claramente quiénes somos en la fantasía del paciente, qué significa nuestra ausencia para él, qué mecanismo utiliza para mitigar o deshacerse de las vivencias dolorosas. Hay que intentar formular una interpretación “sobre medida” donde: 1) recibimos las proyecciones del paciente, 2) contenemos las emociones que despertó la interrupción del vínculo, 3) tomamos en cuenta los matices particulares de su reacción, los conflictos que surgen y la modalidad de

relación con los objetos. A veces, conviene interpretar la transferencia sobre el encuadre o la situación analítica antes de la transferencia objetal (sobre nuestra persona). Resulta útil observar qué hace el paciente con nuestras interpretaciones entre una sesión y otra: ¿las olvidó, las tuvo presentes cuando las necesitaba? Las separaciones impactan y perturban; es la razón por la que nos corresponde anunciar las vacaciones y suspensiones con cierta anticipación para entender los conflictos que despierta en el paciente y prevenir una ruptura de la comunicación o una interrupción de la terapia. Por lo mismo, el terapeuta tiene que respetar meticulosamente el encuadre: llegar a tiempo, no faltar al último momento.

Otto Kernberg (1979) piensa que las reacciones ante la separación son elementos útiles para establecer un diagnóstico de la personalidad y hacer un pronóstico del tratamiento. En sus reflexiones iniciales sobre el tema, Donald Meltzer (1967) entiende el proceso analítico en función de las formas sucesivas de lidiar con las ansiedades de separación.

El vínculo terapéutico tiene que terminar definitivamente algún día. En la terminación se reactualizan duelos anteriores, en particular, la pérdida del pecho materno, el destete. Sin embargo, a lo largo del proceso se desarrollan estructuras internas nuevas que permiten enfrentar la separación de otra forma. Finalmente, una de las metas de la terapia consiste en instaurar la capacidad para estar solo gracias a la identificación (introyectiva) con un objeto bueno y continente de las ansiedades.

REFERENCIAS

- Bion, W. (1962). *Aprendiendo de la experiencia*. Barcelona: Paidós, 1997.
- Bion, W. (1967). *Volviendo a pensar*. Buenos Aires: Hormé, 1996.
- Bowlby, J. (1985). *La separación*. Barcelona: Paidós, 2010.
- Fairbairn, W. (1952). *Psychoanalytic studies of the personality*. Londres: Tavistock/Routledge.
- Freud, S. (1905). "Tres ensayos de teoría sexual". En *Obras completas*, tomo 7. Buenos Aires: Amorrortu, 1997.
- Freud, S. (1920). "Más allá del principio de placer". En *Obras completas*, tomo 18. Buenos Aires: Amorrortu, 1997.
- Freud, S. (1926 [1925]). "Inhibición, síntoma y angustia". En *Obras completas*, tomo 20. Buenos Aires: Amorrortu, 1997.
- GreEn A. (1983). *Narcisismo de vida, narcisismo de muerte*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Kernberg, O. (1975). *Desórdenes fronterizos y narcisismo patológico*. Barcelona: Paidós, 1979.

- Klein, M. (1928). “Estadios tempranos del conflicto edípico”. En *Obras completas, Amor, culpa y reparación*, tomo 1. Barcelona: Paidós, 1994.
- Klein, M. (1932). “Situaciones tempranas de ansiedad y su efecto sobre el desarrollo del niño”. En *Obras completas, El psicoanálisis de niños*, tomo 2. Barcelona: Paidós, 1994.
- Klein, M. (1935). “Contribuciones a la psicogénesis de los estados maniaco–depresivos”. En *Obras completas, Amor, culpa y reparación*, tomo 1. Barcelona: Paidós, 1994.
- Klein, M. (1946). “Notas sobre algunos mecanismos esquizoides”. En *Obras completas, Envidia y gratitud y otros trabajos*, tomo 3. Barcelona: Paidós, 1994.
- Klein, M. (1958). “Sobre el desarrollo del funcionamiento mental”. En *Obras completas, Envidia y gratitud y otros trabajos*, tomo 3. Barcelona: Paidós, 1994.
- Konicheckis, A. (2013). “Continuités, discontinuités... de la difficulté à établir des liens psychiques”. En *Les séparations: victoires et catastrophes*. Toulouse: Erès.
- Mahler, M.; Pine, F. y Bergman, A. (1975). *The psychological birth of the human infant*. Nueva York: Basic Books.
- Meltzer, D. (1967). *El proceso psicoanalítico*. Buenos Aires: Lumen–Hormé, 1996.
- O'Shaughnessy, E. (2015). “The absent object”. En *Inquiries in psychoanalysis*. Reino Unido: Routledge.
- Quinodoz, J. M. (1993). *The taming of solitude*. Reino Unido: Routledge.
- Roussillon, R. (2013). “La séparation et la dialectique présence/absence”. En *Les séparations: victoires et catastrophes*. Toulouse: Erès.
- Salzberger-Wittenberg, I. (2013). *Experiencing endings and beginnings*. Londres: Karnac.
- Tizón, J. (2007). *Psicoanálisis, procesos de duelo y psicosis*. Barcelona: Herder.
- Winnicott, D. (1951). “Objetos y fenómenos transicionales”. En *Escritos de pediatría y psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós, 1999.
- Winnicott, D. (1958). “La capacidad para estar solo”. En *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Buenos Aires: Paidós, 1993.