

El lugar de los escritos adolescentes en el proceso psicoterapéutico

RESUMEN: Se presentan dos casos de chicas adolescentes que traen de manera espontánea sus escritos a las sesiones y se muestra cómo ese material se puede integrar en el proceso psicoterapéutico.

PALABRAS CLAVE: Adolescencia, narcisismo, diarios, escritura, creatividad.

SUMMARY: A presentation of two case studies involving adolescent girls, who instinctively bring their notes to the therapy sessions, and it has been demonstrated that this kind of material may be used during the process of psychotherapy.

KEY WORDS: Adolescence, narcissism, diaries, writing, creativity.

La adolescencia no es una simple reedición de la neurosis infantil, sino que plantea tareas evolutivas nuevas e instrumentos diferentes para resolverlas. Ya se despidieron los adolescentes de sus juguetes, que repudian con desprecio, y se entregan en su lugar a fantasías y ensoñaciones, como un nuevo juego. A menudo estas fantasías dan paso a escritos, dibujos u otras creaciones en las que vierten sus deseos y conflictos. Las pacientes que presento a continuación trajeron sus escritos por iniciativa propia, y esos escritos pasaron así a formar parte del proceso terapéutico. Los relatos, poemas y diarios suelen aparecer en la adolescencia y en la mayor parte de los casos con su fin se desvanecen, del mismo modo que en la infancia van declinando los dibujos, que pierden poder expresivo en la mayor parte de los niños, a medida que se acerca la pubertad (1). Se trata de desentrañar el sentido de estos textos que surgen de modo natural en adolescentes, y en concreto en aquellos con dificultades narcisistas o de tipo límite, y de plantear cómo sirven de puente en el tránsito hacia la formación de una identidad separada y diferenciada. La escritura en esta etapa cumpliría una función de objeto transicional, mitigando la sensación de pérdida, acompañando y facilitando la despedida de los objetos de la infancia. En un momento de reorganización, de cambio, aporta consistencia y continuidad y puede constituir un espacio protegido en un entorno vivido como amenazante. Escribiendo se pone distancia y se facilita la simbolización, cuando la tendencia hacia la actuación y a la descarga masiva es fuerte. Con sus escritos los adolescentes tratan de comunicar algo, y también de ocultar, dado el carácter introvertido y endurecido del lenguaje escrito (2). Es necesario tener en cuenta que aquello que traen las pacientes está dirigido a una audiencia concreta y surge en el contexto de una relación. Y esta creación final termina trascendiendo la relación, su biografía, sus deseos y conflictos, para entrar en otro espacio que no se puede justificar sólo por sus orígenes, sino que se rige por otros principios.

Ana: una adolescente buscando su reflejo

La primera vez que veo a Ana, de trece años, entra sola a la consulta, y la madre, que la acompaña, no hace ademán de entrar con ella. En este primer gesto ya se pone de manifiesto el orgullo de ambas por la desenvoltura de Ana, que entra y me explica los motivos que le traen a un psicólogo: una relación difícil con su madre, falta de amistades, fuertes reacciones de ira, apatía y tristeza, ataques verbales contra ella misma y amenazas de autoagresión, siempre con la madre como espectadora. Ha sido Ana quien pide la ayuda de un psicólogo, después de unas charlas con la orientadora de su colegio. La madre corrobora después su discurso, un discurso autónomo que parece que precisa siempre el visto bueno de su madre, y añade que Ana ha faltado con frecuencia a clase debido a diversos problemas físicos que ella define como psicósomáticos. Intuye que su hija busca «una referencia o un espejo». Cuentan que el padre murió cuando Ana tenía ocho años. Ya había acudido a salud mental a los cuatro, después de un episodio muy confuso en el que un niño de su misma edad le tocara los genitales, y lo que parecía no ir más allá del juego y de la curiosidad infantil, conectó con los fantasmas de la madre en torno a la vulnerabilidad de la sexualidad femenina. Desde que se sienta, y mientras habla, Ana deja sobre la mesa y acaricia unas páginas de su novela, a modo de cebo para atrapar mi interés, que consigue por otro lado: le pido si podría traerme una copia y me da la que trae consigo, como una carta de presentación y a la vez un escudo con el que proteger una imagen endeble.

El oposicionismo conductual de Ana no traspasa la descripción idealizada que hace de su madre, Natalia: de origen extranjero, en su país era una profesional muy reconocida, donde daba conferencias y realizó proyectos a nivel nacional. La define literalmente como «una supermujer, su puesto quedó vacío, nadie pudo sustituirla». Desde que llegó a España, para casarse con el padre, no ha ejercido su profesión, aunque cuida niños en casa desde hace años. Sometida a mucha exigencia hacia los estudios, Ana lamenta no haber jugado más con su madre, que se volcó en la labor pedagógica con su hija: «Sacaba nueves y dieces, mi madre me decía que no me conformase con otra cosa». La relación entre madre e hija es intensa y tormentosa, según Ana «de amor y odio», una dependencia muy disfrazada cuando se presentan en sociedad, como cuando las conocí, pero que llega a tener connotaciones muy regresivas, por ejemplo, cuando cada mañana la hija pone su despertador a las seis para «ir a hacer mimitos con mamá», porque «mamá solo es cariñosa con los bebés», explica nostálgica. Otras veces, Ana reacciona con furia y reivindicación ante las normas de la madre, la insulta y finalmente amenaza con dañarse.

También la madre se describe a sí misma de modo grandioso: «No soy un ama de casa corriente», y exalta sus logros. En ambas existe un afán por encontrar aquello que las distingue, y que de paso las excluye. Argumenta su situación profesional con

diversas racionalizaciones y proyecciones, buscando coartadas para su vida anodina. De niña tuvo una relación especial con su padre, una relación «de secretos y confidencias» amenazada por una madre rígida y severa, que reglaba la existencia de su hija para hacer de ella una «niña modelo». Era la hermana mayor de tres hermanos, la pequeña de las cuales nació cuando tenía quince años: «Se convirtió en mi hija, mi madre no quería más, quería vivir». Vivir o criar niños, ante estas opciones, seguramente por descarte, Natalia se involucró en la educación de su hermana. Describe la relación entre ambas como «increíble» y se atribuye el mérito de su exquisita educación. Cuando Natalia se emancipó, quiso llevarse a su hermana, pero su madre, severa de nuevo, se lo impidió. La educación de su hermana constituye un precedente exitoso del proyecto pedagógico que emprendería con su hija, esta vez, suya.

El padre, Luis, murió a los 67 años, cinco años antes de la consulta, después de una larga cadena de enfermedades: estuvo sometido a diálisis, posteriormente le transplantaron un riñón, padeció hepatitis, le amputaron un dedo, y finalmente murió de una embolia. Desde el primer año de vida de Ana estuvo incapacitado laboralmente, y la vida familiar giraba en torno a la enfermedad. El padre pasaba días en el hospital, y se negaba a estar solo, reclamando como un niño la presencia constante de la madre, que accedía por otro lado y dejaba a su hija en casa de amigos. Natalia y Ana dormían juntas en una habitación, y el padre en otra, por el desarreglo de horarios que llevaba éste y sus molestias físicas. Durante el día debían guardar silencio para no perturbarle. A pesar de esto, el recuerdo de Ana permanece ajeno a esas circunstancias. Le describe como «el abuelito de Heidi», «Yo era su novia, él era mi rey, mi príncipe». Cuando murió su padre, su madre le explicó que «se había convertido en un gorrión». El padre se mantiene como una figura intacta, por quien, según Ana, lloró dos o tres minutos después de su muerte. «Vi a mi madre llorar y la calmé: yo estoy bien, no te preocupes».

Los padres se conocieron en España, durante una semana en la que ella venía a un congreso. Ya durante esos primeros días el padre le propuso matrimonio. Él era 25 años mayor que la madre, viudo desde algunos años antes, con hijos mayores. Mantuvieron contacto cuando la madre regresó a su país, y el padre hizo algunos viajes cortos allá. Un año después de conocerse, la madre viene a España y se casan. Natalia descubre como una «sorpresa agradable» que está embarazada unos meses después del matrimonio. El padre, sin embargo, sospecha haber sido engañado.

Para Natalia, su marido se transformó después de sentir que la había conquistado. Cuenta que pasó de ser un hombre «caballeroso, divertido, cariñoso» a ser «soso, celoso e impositivo». Que se veía disminuido por su bajo nivel educativo, y que le aterrorizaba pensar que ella le pudiera abandonar. Natalia se sintió como «el trofeo de la casa», como una mujer para ser exhibida. Percibía la relación entre padre e hija como especial. Según ella, aprendió a ser padre con Ana, y señala la complicidad que había entre ambos. Sin embargo, esa complicidad tenía

lugar desde la simetría, porque se disputaban constantemente la atención de la madre. La historia del padre viene marcada por las repetidas ausencias de las figuras femeninas. Su madre murió cuando él tenía nueve años, y después su padre se casó con una mujer que también fallece. Era el menor de seis hermanos. Su primer matrimonio fue con una mujer entregada a él, que llegaba a encerrar a las hijas para darle una dedicación exclusiva.

Durante su infancia Ana era opositorista y retadora. Fue siempre una alumna brillante hasta hace un tiempo, coincidiendo con el cambio de comportamiento y de carácter. Siempre tuvo problemas para hacer amigos. Antes de la escolarización, a los tres años, tenía un grupo de amigos imaginarios. En la época escolar refiere algunas amigas, pero siempre cambiantes y con las que tiene un trato superficial. Desde los primeros años escolares otros niños le han pegado e insultado; sin embargo, demuestra una total incompreensión de sus problemas interpersonales, y la paciente sólo habla de ello si abordo directamente el tema. Reconoce que se aísla, pero lo racionaliza señalando que sus inquietudes la diferencian del grupo, apoyado este argumento por la madre al decir que su hija «se sale del corsé». Sus intereses giran en torno a la literatura, la mitología, la música y lo «gótico». Cuando la conozco, las únicas relaciones importantes que destaca, más allá de su familia, son las que establece por internet, a través de foros, y con sus primos del extranjero. Es sociable superficialmente, se relaciona en los diversos grupos de actividades a los que acude, pero sus amistades no cuajan, y termina siendo rechazada o simplemente ignorada. En el primer contacto, no muestra auténticos intereses sexuales, aunque en algún momento hable de «novios», refiriéndose a relaciones virtuales a través de internet. Posteriormente ha tenido una experiencia homosexual, muy desprovista de erotismo: ella misma habla de su necesidad de «mimitos», de caricias sin una carga sexual clara, en definitiva, de una madre.

La expectativa que plantea la madre de «la búsqueda de un espejo», se materializa en las entrevistas conmigo: Ana me coloca en un lugar de espectadora y se despliega de modo exhibicionista, buscando provocar en mí admiración y aprobación. Su falta de cuestionamiento resulta paradójico al ser ella quien deseó hablar con un psicólogo. Cuando señalo alguna brecha en su discurso reacciona con cierto reconocimiento, pero nuevamente se reorganiza. Se percibe una falta de autenticidad, cierta pose que delata una estructura frágil de personalidad. Es muy cumplidora con el encuadre y demuestra gran interés en acudir a la consulta.

El espejo en el espejo

Durante las entrevistas, las asociaciones espontáneas de Ana giran en torno a fantasías construidas a partir de películas manga, de sus logros literarios o en otros

ámbitos, de sus intereses culturales. También en algunos momentos relata experiencias «paranormales» basadas en un pensamiento mágico: sueños placenteros que se transforman en manga y tras lo que se despierta en el suelo y con la cama hecha. Después de estos sucesos, se va a dormir con su madre, que refuerza su concepción mágica no ofreciéndole una explicación alternativa. Tanto ella como su madre explican las dificultades interpersonales por la discrepancia entre sus intereses y los de sus compañeros, considerándoles de algún modo inferiores cultural e intelectualmente hablando. Demuestra dificultades para empatizar con los demás, no entendiendo el porqué de sus conductas, lo que le lleva a sentirse muy confundida en algunas situaciones interpersonales.

Se ha descrito en adolescentes con dificultades narcisistas rasgos que aparecen en Ana. En primer lugar, una autoimagen muy vulnerable, una extrema sensibilidad a la crítica, una idealización primitiva de sí misma y de los demás y una acusada tendencia a recrearse en sueños diurnos de grandiosidad de sí misma (3). Estas ensoñaciones ocupan un lugar predominante en su funcionamiento, de manera que traslada a la sesión sus contenidos sin que medie el habitual pudor de los pacientes ante la confesión de esos relatos tan íntimos. La mayor parte de sus sueños versan sobre fantasías de amor ideal o de éxito y admiración. Ante sus graves dificultades por las frustraciones interpersonales aparecen conductas de evitación y patología psicósomática.

Aparece una extrema fluctuación en la imagen de sí misma, como reflejo de dos estados contradictorios de equilibrio narcisista, un *self* grandioso y un *self* devaluado, dependiendo la activación de uno u otro polo de las interacciones con el objeto externo, de manera que la regulación de la autoestima no sería aún una función endopsíquica. La demanda de la madre es la de «un espejo» en el que su hija pueda mirarse, y de ese modo revela el déficit central de Ana: su falla narcisista. Kohut habla de la necesidad del paciente narcisista de especularización por parte del terapeuta (4). En el desarrollo evolutivo normal, el «objeto especularizante» es aquel que valora globalmente al niño, proporcionando placer y despertando el deseo. Es el objeto que legitima los propios deseos, los 'narcisizan'. De su internalización surge el «*self* grandioso», que marca las ambiciones y las metas.

La madre presenta rasgos similares. La exigencia a la que sometió a su hija a lo largo de su educación (recordando por sus paralelismos a la historia de Aurora Rodríguez y su hija Hildegart (5), en una versión menos extrema), planteándose la maternidad como una labor pedagógica, denota que Ana estaba ubicada como objeto narcisístico. Para los padres con esas características, la tendencia natural de los niños hacia la separación e individuación implica una amenaza para un *self* apuntalado por las proyecciones (6). Ana ya necesitó en sus primeros años de las crisis opositoras para ser reconocida, y esta necesidad resurge fuertemente en la adolescencia. Los rasgos fóbicos, la utilización exagerada de objetos transicio-

nales más allá de lo evolutivamente esperable, sus escasos lazos sociales, conviven con la rebeldía y la agresividad hacia la madre, en una dinámica que gira siempre en torno al conflicto de separación-individuación. Las necesidades defensivas de la madre, explicables también a partir de su propia historia, dejan en un segundo plano los requerimientos evolutivos de la hija: su necesidad de jugar, de una madre contenedora, la necesidad de llorar la muerte de su padre. Parece que su padre sí pudo en cierto modo legitimar sus deseos, aunque desde una posición de igual y desvalorizado por la madre, y por muy poco tiempo, al enfermar pronto. La relación con el padre cae del lado de la idealización, y con muchos tintes eróticos poco disfrazados «mi príncipe, mi rey», y que se reflejan en las fantasías y escritos, como el único modo de elaborar un duelo no resuelto.

La novela de Ana

Por razones de confidencialidad, no se mostrarán directamente los relatos originales. En general, dada la fragilidad narcisista de Ana, en el trabajo con los textos me limito a promover sus propias asociaciones. Es capaz de establecer conexiones, pero quizá de modo indiferente y racional, y obstaculizado por su tendencia a la evasión. No se trata solamente de traducir los contenidos a conflictos inconscientes, o de establecer paralelismos con su historia, aunque también trabajamos a ese nivel, sino de potenciar la capacidad catalizadora de la escritura. En el caso de Ana, los escritos pueden ser un recurso o bien una resistencia, precisamente por su tendencia a sumergirse en sus fantasías, a desconectarse de una realidad penosa. Además, escribe sin perder de vista a una posible audiencia a la que fascinar, a los premios o a sus aspiraciones a publicar. Su novela adopta la forma de cuento fantástico, con personajes unidimensionales y estereotipados, pero descritos con riqueza, precisión léxica y complejidad lingüística.

Comienza el texto con una presentación idealizada de la protagonista, una adolescente con cualidades que le hacen especial y la distinguen de las demás, cualidades que provocan la envidia de otras. Su posición social es elevada y pertenece a otra época. Este personaje formaría parte de una fantasía compensatoria de los sentimientos de soledad y minusvalía de Ana. En general, todos los personajes se describen en términos polarizados, del mismo modo que aparecen en los cuentos de hadas, por lo que se facilita la identificación con el héroe. Correspondería al mecanismo de la escisión, común a adolescentes y pacientes límite.

El duelo negado en las entrevistas aparece vívido en una imagen descrita en su novela: la protagonista abraza el cuerpo muerto de su padre. A partir de esta escena fantaseada pudimos ir ligando los sentimientos de soledad y pérdida que permanecían sin elaborar. Muchos cuentos populares también comienzan con la

muerte de la madre o del padre, creando los más angustiosos problemas. Se ha interpretado que los niños y adolescentes deben enfrentarse a la muerte simbólica de los padres y que los cuentos les ayudan a elaborar ese problema existencial (7). La protagonista, tras la muerte de su padre, se queda con una madre enferma, que estaba en cuerpo pero no en alma, lo que podría relacionarse con la falta de comunicación afectiva entre Ana y su madre.

En su novela aparece un personaje sádico que tiraniza a la protagonista, el tutor, que tras la muerte del padre y la enfermedad de la madre debe encargarse de ella. La aparición de personajes crueles se va repitiendo a medida que avanza el relato. Los personajes no presentan ninguna ambivalencia, se escinde lo bueno y lo malo como un modo de poner orden y salir de la confusión. Los héroes además son ensalzados a través del sufrimiento que atraviesan. Esta escisión también aparece en la relación con el hombre. Por un lado, un hombre muerto idealizado; por otro el varón sexualizado y amenazante. En la novela, un hombre pretende casarse con la protagonista, un hombre mayor, y lo hace contra su voluntad. Ana ha empezado a tener recientemente experiencias homosexuales, y aún no ha expresado sus temores y angustias ante la sexualidad, al decir que para ella es algo prescindible y que lo importante son los «mimitos». Tampoco ha aparecido el reverso de la imagen idealizada del padre muerto, y la angustia persecutoria que deriva de esa imagen.

Como en los cuentos de hadas, aparecen personajes aliados que ayudan a la protagonista a resolver las situaciones, a escapar hacia lugares mágicos en los que se difuminan el tiempo y el espacio. Solo ante el sufrimiento aparece otro cuidador y salvador, otro que no tiene más relieve que el de servir de apoyo a la protagonista. Este tipo de personajes también es recurrente en sus escritos. Son personajes que acompañan, que ayudan en la huida, que protegen de los peligros, pero que no presentan matices, y que sólo existen en función de la protagonista.

La novela de Ana, despojada de su virtuosismo lingüístico muy por encima de su edad, queda como una serie de figuras arquetípicas poco distanciadas de su historia, que por otro lado facilitarían el proceso de identificación, tanto la suya como la del lector. A través de las fantasías que narra se produce un viaje, una evasión hacia lugares mágicos acompañados de personajes que se enfrentan a conflictos existenciales: la muerte, la soledad, la separación. La solución es la huida hacia un espacio fuera de la jurisdicción del principio de realidad.

Olga: un mensaje enmascarado

En la primera entrevista con Olga, que viene como paciente preferente con quince años, se presenta a sí misma diciendo, entre risas: «Me autolesiono», mientras me enseña las numerosas marcas en la cara interna de los brazos y de las

muñecas, que llevaba haciéndose desde hacía un año. Ella lo relaciona con dificultades con los estudios y con el comienzo de una relación. La madre se queja del carácter fuerte de su hija, de sus «reacciones violentas» y siente que progresivamente se ha ido distanciando de la familia y que «se refugia en su mundo». A pesar de que la madre ya conocía la conducta autolesiva, esperaba un momento propicio para revelarlo, esperaba «cualquier explosión», que precisamente tuvo lugar el día de su cumpleaños, día en que madre e hija enseñan las cartas de un juego sobre el que pilotaba la relación. Olga nunca mostraba, sólo insinuaba sus marcas en un deseo de que fueran descubiertas, pero al no tener respuesta no pudo más que explotar. La madre explica su teoría: el síntoma es «una expresión de que le pasa algo, una llamada de atención: miradme pero no me miréis». Además, Olga presenta temor a la soledad y al abandono, sentimientos frecuentes de vacío, con periodos de abatimiento y apatía que se alternan con episodios de ira desproporcionada y euforia, relaciones interpersonales intensas y con tintes sadomasoquistas. No aparece ideación autolítica expresa pero el tema del suicidio es recurrente. En las sesiones posteriores, comienza a traer unas cartas dirigidas a un interlocutor imaginario, «nadie», al principio en un código personal, y después, debido a mi torpeza para descifrarlas, traducidas. Más adelante trae, también de manera espontánea, poemas, relatos de ficción y dibujos.

La madre de Olga es una mujer temperamental, inteligente, distante, profesional de la enseñanza. Es la hermana mayor de tres hermanos. A sus nueve años tuvo un episodio disociativo, después de presenciar una escena en la que un travesti bailaba, llegando a ser medicada por la angustia que le suscitó, que le llevaba a vomitar por las noches y a no poder conciliar el sueño, a presentar terrores nocturnos y enuresis. Ese acontecimiento quedó encapsulado y desconectado de su significación, y ni siquiera ahora la madre logra darse una explicación. Como adolescente fue «libre, en extremo orgullosa de ser mujer, inconformista». En cuanto al padre, Olga le describe como «el bueno», manera de decir que está subordinado aparentemente a la madre. Con él la paciente tuvo una relación estrecha y de mucha complicidad hasta la llegada de la pubertad, momento en el que se produce un distanciamiento. El padre es el segundo hermano de tres, y heredó el nombre de un bebé que murió de pocos días antes de que naciera él. Su propio padre fue un hombre rígido y su madre pasaba mucho tiempo trabajando fuera de casa. De chico estaba muy apegado a su familia, tenía escasos intereses o aficiones, y sus relaciones con los demás eran superficiales. Olga tiene una hermana menor, de trece años, a la que todos se refieren como la chica ejemplar. La relación entre los padres está marcada por la asimetría, estando el padre devaluado por la madre y por las hijas, y no cuestionando él esta desvalorización. Él mismo define a su mujer como ubicada «en un escalón más alto». Olga se alía con la madre en los ataques hacia el padre, por los que él se siente humillado, dañado y maltratado.

A los nueve años la paciente sufrió abusos sexuales por parte de un familiar, consistentes en tocamientos y besos. Recuerda que tomó conciencia de ello a la edad de trece años, un día mientras se estaba duchando. Recuerda también que se lo contó a su madre y a su hermana y éstas se rieron, pero esto último lo supone un recuerdo falso porque después lo contrastó. Los padres la creyeron, pero no tomaron ninguna medida, más allá de distanciarse de este familiar. Al poco tiempo, éste enfermó y murió, y Olga acudió llorando a su madre diciendo que lo que había ocurrido había sido culpa suya. Unos años después se suicidó un tío materno, con el que siempre había tenido una relación especial, después de una larga historia de toxicomanía.

Olga relata con un llamativo realismo una relación fantaseada a los doce años. Siendo capaz en todo momento de discriminar entre fantasía y realidad, describe con detalle una historia muy verosímil. Se trata de la relación con un chico más mayor que ella, artista y con rasgos idealizados, una relación masoquista en la que es agredida física y sexualmente. Resalta la emotividad con la que narra estos acontecimientos, y ella misma se sorprende de sus intensas reacciones, como si de hechos reales se tratase, al confiárselos a amigos íntimos. Esta relación en la que se imagina vejada, maltratada y despreciada contrasta con las relaciones que ha mantenido con los chicos, en las que su lema es «a los chicos me dedico a fastidiarles». Los chicos con los que ha salido son «demasiado buenos», y siempre le devuelven una imagen de sí engrandecida.

Fue una niña llorona e inquieta, y tuvo constantes problemas para dormir, con miedos nocturnos. El padre describe este desasosiego en una frase: «vino al mundo dando por culo»: se golpeaba la cabeza si se sentía frustrada, se accidentaba con frecuencia y era desafiante y opositor. Al comienzo de la guardería tuvo un periodo mutista, y ya antes su lenguaje era tan particular que se requería siempre a la madre como traductora. Según la madre «desde pequeña ha sido un problema, ha hecho lo posible por no crecer». Académicamente fue brillante, aunque con algunas dificultades ya en el instituto.

Miradme pero no me miréis

En la relación conmigo, Olga oscila entre una actitud muy colaboradora y momentos de control omnipotente en los que me reta, que aparecen cuando se despierta la fantasía de abandono. En una ocasión, a raíz de preguntarle algo que ya me había contado, permaneció autista y opositor, aparentemente congelada, diciendo «no sentir nada». A menudo cuestiona mis intervenciones, brusca pero adecuadamente, y nunca de modo que amenace el vínculo. Está midiéndose y me mide.

La paciente explica una tipología de las autolesiones: «unas veces es por desesperación, te agobias, lo comparo con el mar, puede estar en calma, pero se acumulan nubes y estalla la tormenta; otras veces es cuando todo está en calma, algo falla y entonces lo haces, todo está bien y no hay motivo; otras porque te sientes sola». Se han descrito las conductas autolesivas como determinadas por múltiples factores (8-10): como el fruto de la culpa y del deseo de castigarse a través de una agresión dirigida a sí mismo; como una manera de afirmar la propia existencia mediante marcas a modo de firma identificativa; como un intento de explorar los propios límites o de marcar una barrera; como una ritualización, una forma de integrarse en una cultura de grupo marcando al mismo tiempo una diferencia; como una reacción a una separación real o amenazada, pérdida o desilusión; con una función comunicativa o grito de ayuda; o como un intento de autorregulación. En el caso de Olga, los cortes suelen aparecer tras alguna situación vivida como abandono o pérdida, y aunque en algunas ocasiones se ha dado de manera impulsiva, en la mayor parte existe una planificación del acto y una sensación de omnipotencia ante la ignorancia de los otros, con lo que obtiene un sentimiento de control mágico y de triunfo sobre el mundo exterior.

El comienzo de las autolesiones tiene lugar en el inicio de la adolescencia, en el contexto de la construcción de una identidad femenina. Algunos autores psicoanalíticos han establecido la relación entre las heridas y la aparición de la sangre y la menstruación. La madre refiere haber estado desde adolescente «en extremo orgullosa de ser mujer», y este énfasis, que podría denotar una formación reactiva, y el episodio disociativo que se desencadenó tras la visión del travesti, indicarían la relación patológica de la madre con su propia feminidad. Más adelante establece un vínculo con el padre de Olga en el que éste es devaluado constantemente. Por otro lado, la relación de Olga con su padre cambia a raíz de su entrada en la adolescencia, pasando de tener una relación cercana y seductora a una relación distante y en todo caso marcada por la desvalorización. A todo esto se suma la experiencia de abuso por parte del tío, a la que la familia no responde, y que además despertó intensos sentimientos de culpa. La conducta sexual de Olga, que sólo mantiene cuando después va a abandonar, parece tener más que ver con una anticipación a sus propios temores que con un deseo real, y además expresaría su deseo de venganza.

Junto a las conductas autolesivas, aparecen las fantasías diurnas de daño, en las que se representa como siendo objeto de un trato injusto por parte de un hombre, y en tanto es dañada, se hace merecedora de ser cuidada y protegida, y además se va amando a sí misma (11). Esto se relaciona con la percepción de la madre de la paciente como una «niña frágil, débil y sufriente», lo que pudo hacer que ésta se predispusiera a fantasear que el sufrimiento trae consigo el amor. Contrasta este tipo de fantasías con el control omnipotente que ejerce en sus relaciones con chicos, en las que en algún momento puede resultar sádica a través de infidelidades y de una acusada falta de empatía con el sufrimiento del otro.

Aparecen con frecuencia mecanismos de defensa como la idealización y la desvalorización, a través de la disociación, oscilando en la apreciación del otro y haciendo en ocasiones juicios sarcásticos; la omnipotencia, la proyección; la denegación de las emociones (describe cómo en situaciones de alta tensión emocional se siente fría y distante), y concretamente de sus necesidades de dependencia. También se manifiestan mecanismos más maduros como la sublimación, a través del dibujo y de otros intereses artísticos y culturales.

A un nivel estructural, se plantearía la necesidad de discernir si se trata de una organización límite de personalidad o bien de una organización neurótica. En este caso, podría cumplir muchos de los criterios descriptivos del trastorno límite de personalidad, además de presentar rasgos histriónicos, narcisistas y masoquistas, pero el diagnóstico de organización límite, según Kernberg (12), se establecería en función de criterios estructurales: la integración de la identidad, el tipo de operaciones defensivas y la prueba de realidad. El síndrome de difusión de la identidad se representa por un concepto pobremente integrado de sí mismo y de los otros significativos. En Olga aparece el sentimiento recurrente de vacío, pero a pesar de ello sí aparecen algunas interacciones significativas con otros (sus amigos y amigas) y posee percepciones ricas de los demás, aunque se aprecien contradicciones. La capacidad de empatía no aparece en las relaciones amorosas, pero sí en las de otro orden. Aparecen algunos mecanismos de defensa primitivos, pero también aparecen otros más evolucionados. Por otro lado, su nivel de adaptación no es del todo inadecuado y mantiene el control de impulsos, al margen de los cortes y de los episodios de ira con sus padres.

Las cartas a alguien

En sus escritos refleja su sensación de estar atrapada en una contradicción, en el «miradme pero no me miréis». Escribe sus cartas a «Nadie». Un interlocutor que la escucha sin plantear una contradicción más. «Nadie» representa la personificación de la negación de su dependencia, de su deseo de estar siempre acompañada por «alguien». Y esa frustración que le llena de rabia da lugar a una amenaza fantaseada de suicidio. En una de estas cartas escribe, de forma epistolar, las últimas palabras de un personaje que vive sus últimas horas antes de matarse. Aparece el suicidio como un modo de retomar un control perdido, de experimentar un sentimiento de omnipotencia frente a la impotencia que siente ante el abandono, y como un mensaje provocador. Me trae el texto como un relato de ficción, pero queda claro el juego: despertar en mí la preocupación que desearía ver en sus padres, en lugar de la actitud fría que encuentra.

El texto refleja la ambivalencia respecto a su necesidad de que los demás sean testigos de su vulnerabilidad, el miedo a mostrar y que no vean. Habla de su

sensación de no ser escuchada, de la ceguera del mundo. Ante una angustia que la desborda aparece la anestesia afectiva: «me asusto ante mi propia falta de miedo». El comienzo de la carta, como otros escritos, está en una letra cifrada, una serie de símbolos sustitutivos de cada letra del abecedario, manifestando así el deseo encubierto de ser descifrada y entendida, y la necesidad de encender la curiosidad y el deseo del otro. La experiencia de la autolesión la conecta con sus sentimientos de tristeza: habla de cómo las gotas de sangre discurren paralelas a las lágrimas, y la forma en la que contrarrestan la sensación de vacío.

En esta carta, además, habla de la indiferencia del mundo ante su dolor, y además de su propia impasibilidad ante ese desinterés de los que la rodean. Nadie la escucha pero eso no le importa. Queda de ese modo reflejado el mecanismo de la negación y el control omnipotente, de su esfuerzo para desentenderse de su necesidad de cuidado y escucha, de su anhelo de que alguien la pare. Las frases están expresadas en términos absolutos: todo, nada, siempre, nunca, no dejando lugar a la ambivalencia y al relativismo y haciendo solo descripciones extremas y polarizadas. El estilo es barroco y dotado de gran intensidad dramática.

En otro de sus escritos Olga relata episodios de su vida, nuevamente a «Nadie», al que le pregunta al final: «¿Sabes ya qué es mi vida?». Habla de sus dificultades para comunicarse a través de la imagen de un muro, un muro que tapona y no se puede bordear, un muro con el que se daña las muñecas. Desarrolla después un relato confesional en el que establece conexiones entre distintos acontecimientos, como un modo de reorganizar un pasado confuso: el origen de la fantasía sadomasoquista en la culpa experimentada tras el abuso por parte de su tío. Expresa la justificación de esa fantasía en el modo en que ésta legitima su sentimiento de odio hacia los hombres: sentía un odio muy intenso e inexplicable para ella, y explica cómo poco a poco se fue configurando una historia, la historia que le daría un motivo a ese odio.

La misma paciente advierte que cuanto más escribe menos se marca el cuerpo. A través de la escritura, Olga va anudando aspectos inconexos, construyendo una historia verosímil que contenga y estructure. Tanto en sus relatos de ficción como en sus cartas testimoniales se intenta dotar de significado a un pasado confuso y además trascenderlo, ir más allá y crear algo nuevo, buscando la verdad al relatar momentos de epifanía cargados de sentido.

El lugar de los escritos adolescentes

Existe un paralelismo entre el proceso adolescente y la problemática narcisista o los estados límite que es necesario no perder de vista para entender el lugar que ocupa la escritura, sea creativa o autobiográfica, en la vida de estas personas.

En el adolescente, como en muchos adultos límite, pueden aparecer fenómenos como la angustia desbordante, el paso al acto, el consumo de tóxicos, los cambios frecuentes de humor, explosiones de ira intensa, las tendencias depresivas, la sensación de vacío o aburrimiento. Las relaciones pueden ser superficiales o bien ser intensas y apasionadas, e inestables, pasando de la dependencia a la separación abrupta. Se preocupan mucho de la imagen que ofrecen a los demás, se comparan, compiten y envidian. El yo es lábil y está sometido a fluctuaciones de la angustia que no puede canalizar o elaborar, angustia que emerge del despertar de las pulsiones y de las nuevas exigencias internas y externas. Los mecanismos de defensa predominantes son de naturaleza arcaica: la escisión, la idealización o la devaluación, la identificación proyectiva, la negación y el control omnipotente. La identidad es difusa, insegura e inestable, por las transformaciones corporales y por las pérdidas inherentes a la etapa evolutiva, en conexión con el proceso de separación-individuación, y específicamente su identidad de género puede estar indefinida. Los adolescentes, como el niño con el juego, se abstraen en fantasías de éxito, poder y amor ideal, del mismo modo que los pacientes narcisistas recurren a fantasías compensatorias de sus frustraciones con la realidad.

Los dos casos expuestos presentan varias similitudes a nivel clínico, con algunas notables diferencias estructurales. Las dos escriben, y ambas traen sus escritos de manera espontánea, haciendo que formen parte del proceso terapéutico. Algunos autores han caracterizado el papel de los escritos no solicitados como facilitadores en la psicoterapia, en contra de otras opiniones que mantienen que representan una resistencia o una forma de *acting out*. Domash (13) expuso cómo la escritura puede ser un recurso para pacientes del espectro límite. Estos pacientes, entre los que incluye también a aquellos con desórdenes narcisistas, se han descrito como fijados en algún punto del proceso de separación individuación planteado por Mahler (14) (diferenciación, práctica y reaceramiento), no alcanzando la constancia objetal. En este contexto, la escritura puede ser un apoyo para reelaborar el proceso: ayuda a mantener el lazo terapéutico al permitir la relación con un interlocutor no presente entre las sesiones, disminuyendo la angustia de separación, y devuelve al paciente un sentimiento de autonomía que facilita la diferenciación. El acto de escribir puede contrarrestar la tendencia a la actuación, a la descarga agresiva indiferenciada contra los otros y contra sí mismo, los rasgos regresivos y paranoides. La angustia que amenaza con desbordar el yo se «externaliza» y se hace corpórea, instaurando una distancia que permite el pensamiento. Expresándolo en términos de Guidano (15), a través de la escritura se establece la bisagra entre el «yo que observa» y el «mí que experimenta». Según este autor el conocimiento es fruto de un proceso circular entre la experiencia inmediata y el sentido de uno mismo que surge de la valoración y autorreferencia de la experiencia. A través de la escritura pueden tener encuentro aquello que «experimento»

que soy con aquello que «evalúo». Otro aspecto a reseñar es la puesta en palabras, fundamental en el tratamiento de pacientes con patología de orden narcisista, cuyo deseo es ser entendidos de modo no verbal, como correspondería a la relación simbiótica deseada. Lanza Castelli (16) propone a los pacientes la escritura de un diario personal a realizar entre sesiones, considerando que incrementa la implicación y promueve el dominio sobre los conflictos interpersonales. Mantiene que la escritura favorece la función reflexiva o mentalización, la capacidad para la representación mental del *self* y del otro en términos de estados mentales.

En la adolescencia el carácter se «derrite» y se hace fluido, para después endurecerse formando el núcleo caracteriológico (17). Y en ese fluir los escritos aportan consistencia y otorgan identidad. Fiorini (18), narra cómo propuso a una paciente escribir, al encontrarse con un pensamiento «difuso, falto de consistencia, líquido», con el resultado de «hacer pensamiento». La paciente se describía antes de la psicoterapia como «baba, sin consistencia» y expresa cómo escribir le sirve «como organizador mental y principio de realidad» y también como «cordón umbilical» con el terapeuta, cordón que le permitió «rehacerse».

La escritura puede fijar, sostener y cristalizar la experiencia, frenando la angustia del paso del tiempo y congelándolo. El que escribe diarios se intenta proteger de la pérdida y de la alteración, elabora un espacio que permanece y al que poder regresar siempre que quiera, que le posibilita volver a los mismos lugares, encontrarse con personas del pasado, evocar antiguas sensaciones. Permite distanciarse ocasionalmente de la realidad para sumergirse en lo reflejado, permite vivir ilusoriamente en otro tiempo. La escritura también hace posible la construcción de un espacio propio e inviolable, es un modo de quedarse a solas y encontrar la intimidad cuando no es posible hacerlo de otra manera. Al mismo tiempo, representa una compañía, y como en el caso de Ana, sería la herencia de los osos de peluche o de los amigos imaginarios.

Las cartas y relatos de las pacientes tienen ambos una función comunicativa. En primer lugar los traen a la sesión con la intención de que yo los lea. En el caso de Olga yo soy «nadie»; en el caso de Ana el comienzo de su novela sería su carta de presentación, aquello que ella quiere que yo conozca. Elkind (19), al describir el egocentrismo intelectual propio de la adolescencia, formuló dos aspectos: la «audiencia imaginaria» se refiere al sentimiento de estar siempre «en escena», y que los demás están tan preocupados y son tan críticos en sus acciones como él; la fábula personal sería la creencia en el carácter único de uno mismo y de sus experiencias que por ello son incommunicables, y de ahí la habitual sensación de ser incomprensidos. Los escritos son intentos de salir de la incommunicación, de dirigirse a esa audiencia que en este caso soy yo.

No se trata de plantear que la escritura en sí misma es terapéutica, sino de que ésta puede llegar a serlo en el contexto de un vínculo terapéutico. La escritura, sea

del tipo que sea, no cura. Puede hacer surgir el conflicto o facilitar su comunicación, pero no es terapéutica. Virginia Wolf a menudo se refería al acto de escribir como un tipo de enfermedad, y Amiel convirtió sus diarios en una adicción, en un acto compulsivo (20), estando convencido de que eran a la vez su salvación y su destrucción, rompiéndose los límites entre sí mismo y su diario.

En la adolescencia irrumpe un potencial creativo que permanecía latente en los años anteriores. El interés por el juego da paso a los sueños diurnos en los que ocupan mucho tiempo, y de esas ensoñaciones puede surgir el estímulo creativo. Algunos autores relacionan la aparición de la creatividad adolescente con la herida narcisista causada por el conflicto edípico: los deseos incestuosos son desplazados a objetos permitidos. El proceso por el que una fantasía masoquista da lugar a una ensoñación, y ésta a su vez se transforma en un relato en una adolescente ha sido explicado por A. Freud (21): la modificación está en la forma, de manera que las gratificaciones libidinales evidentes en el sueño diurno se sacrifican en orden a conseguir el reconocimiento de una audiencia fantaseada. La actividad autística del sueño diurno se transforma en una actividad social.

La escritura de un diario es más común en la adolescencia que en cualquier otra etapa de la vida. Se suelen comenzar a escribir en la pubertad, y a medida que se acerca la edad adulta se van progresivamente abandonando. En la adolescencia se pierde a los padres de la infancia, y hay una búsqueda de otros lazos afectivos que reemplacen a aquellos. El diario sería entonces un objeto transicional, un lugar intermedio donde interseccionan el mundo interno y el mundo externo. Un objeto transicional que a la vez permite y evita la pérdida. Es un interlocutor personificado, que no frustra, que no abandona. El diario de Anne Frank (22; 23), que tenía nombre propio, era un interlocutor fantaseado que nunca la malinterpretaría, recuperando en la fantasía a las primeras figuras idealizadas. Anaïs Nin (24) comenzó a escribir su diario poco después de que su padre abandonara la familia: para ella el diario representó un modo de mantenerse ligada a su padre. No era simplemente un modo de comunicarse con él, sino que le reemplazaba, dirigiéndose a él en segunda persona: «¿Prometes que siempre conservarás el corazón que te he dado?». Es el otro imaginado que representa a la madre perdida de la infancia. Nos encontraríamos ante la zona intermedia de la experiencia de Winnicott, el lugar del juego, de la creación artística, la cultura y los sueños (25). También en esa zona es donde se encuentran terapeuta y paciente, dos personas que juegan juntas, siguiendo a Winnicott. Blos (26) describe una fase en la adolescencia en la que se da un incremento del narcisismo, que va seguido de la elección de objeto. Él ve en el diario una manifestación de este cambio, entendiéndolo como situado entre el mundo objetivo y los sueños diurnos: el diario se ajusta a las características narcisísticas y la grandiosidad compensatoria de esta fase. Es un modo de comunicación en el que uno solo tiene que hablar y nunca que escuchar. Refleja la fluctuación de la

autoimagen del adolescente: de la devaluación a la idealización, de la confesión de los secretos más vergonzantes a las fantasías de grandiosidad.

Los adolescentes son prolíficos escribiendo poemas y relatos en los que plasman sus deseos y miedos. Estos poemas son prolongaciones de las ensoñaciones en las que se evaden. Freud (27) ya aseveró que «todo niño que juega se conduce como un poeta, creándose un mundo propio». El niño va abandonando el juego, pero el juego no desaparece sino que se transforma en la actividad fantasiosa, reserva donde se da satisfacción a los deseos más primitivos. Y plantea la hipótesis de que «la poesía, como el sueño diurno, es la continuación y el sustitutivo de los juegos infantiles». Nuevamente esto nos lleva al espacio intermedio de Winnicott. Bachelard (28) concebía el espacio poético como una «habitación habitada gracias a la imagen, del mismo modo en que uno habita una imagen que está en la imaginación... una habitación que el autor lleva dentro de sí mismo, y que hace vivir con una vida que no existe en la vida». La fantasía es íntima y vergonzante, y según Freud, en la escritura creativa se modifican estos aspectos para poner al lector en disposición, y gracias al placer estético, de disfrutar de sus propias fantasías. Sin embargo, también subrayó que la esencia de la función artística resultaba inaccesible al psicoanálisis. Muchos autores han tratado de explicar el origen y el proceso del impulso creador. La creación artística nos conduce a la conquista de un territorio virgen, más allá de sus relaciones con el pasado o el presente, más allá de la conexión con su autor, su infancia y su historia. A través del acto creativo se trasciende la biografía y los conflictos infantiles para significarlos y para entrar en un ámbito regido por una lógica distinta. Algunos autores (29) encuentran analogías entre la función de la creación artística y la función del sueño, pero establecen una diferencia fundamental: el sueño se rige por el proceso primario, mientras que en la obra artística se da un intercambio entre proceso primario y secundario. Fiorini propone que el psiquismo creador no se reduce a la combinación de proceso primario y secundario, y postula la existencia de un «proceso terciario». Establece una tópica de tres lugares y sus límites: lo dado, aquello que ya es conocido y establecido, lo posible y lo imposible. En el acto creador, en un primer momento de caos creador, se atraviesa el límite de lo dado desorganizando y dispersando lo ya constituido. Si la desorganización no da lugar a nuevas reorganizaciones, se ha caído en el espacio de lo imposible. Según Fiorini el trabajo creador funda relaciones entre los términos de una contradicción, surgiendo de esas conexiones nuevos significados. Partiendo del concepto de proceso terciario, y extrapolando el concepto a la explicación de la adolescencia, ésta se podría entender como un tránsito desde lo dado, el mundo conocido de la infancia, hacia lo desconocido, el mundo adulto, llegando a él a través de la desorganización y la creación de nuevas organizaciones que apuntan hacia un proyecto vital.

BIBLIOGRAFÍA

- (1) VIGOTSKY, L. S. (1986), *La imaginación y el arte en la infancia*, Madrid, Akal, 2003.
- (2) BARTHES, R. (1953), *El grado cero de la escritura*, México, Siglo XXI, 1973.
- (3) KERNBERG, P., y otros (2000), *Trastornos de personalidad en niños y adolescentes*, México, Manual Moderno, 2002.
- (4) KOHUT, H. (1977), *La restauración del self*, Barcelona, Paidós, 1980.
- (5) DOMINGO, C., *Mi querida hija Hildegart*, Barcelona, Destino, 2008.
- (6) BERKOWITZ, D. A., y otros, «Family Contributions to Narcissistic Disturbances in Adolescents», *International Review of Psychoanalysis*, 1974, 1, pp. 353-362.
- (7) BETTELHEIM, B. (1975), *Psicoanálisis de los cuentos de hadas*, Barcelona, Critica, 2005.
- (8) MARCELLI, D.; BRACONNIER, A. (1986), *Psicopatología del adolescente*, Barcelona, Masson, 2005.
- (9) DOCTORS, S. R., «Avances en la comprensión y tratamiento de la auto-lesión en la adolescencia», *Aperturas Psicoanalíticas*, 2007, 27.
- (10) KERNBERG, O. F. (2004), *Agresividad, narcisismo y autodestrucción en la relación terapéutica*, México, Manual Moderno, 2005.
- (11) BLEICHMAR, H., *Avances en psicoterapia psicoanalítica: hacia una técnica de intervenciones específicas*, Barcelona, Paidós, 1997.
- (12) KERNBERG, O. F. (1984), *Trastornos graves de la personalidad*, México, Manual Moderno, 1984.
- (13) DOMASH, L. «The Therapeutic Use of Writing in the Service of the Ego», *Journal of American Academy of Psychoanalysis*, 1976, 4, pp. 261-269.
- (14) MAHLER, M. (1975), *El nacimiento psicológico del infante humano: simbiosis e individuación*, México, Enlace, 2005.
- (15) GUIDANO, V. F. (1991), *El sí mismo en proceso: hacia una terapia cognitiva posracionalista*, Barcelona, Paidós, 1993.
- (16) SPIEGEL, L. A., «A Review of Contributions to a Psychoanalytic Theory of Adolescence: Individual Aspects», *Psychoanalytic Study of the Child*, 1951, 6, pp. 375-393.
- (17) LANZA CASTELLI, G., «La escritura en psicoterapia: regulación emocional y funcionamiento reflexivo», *Aperturas Psicoanalíticas*, 2007, 25.
- (18) FIORINI, H., *El psiquismo creador: teoría y técnica de los procesos terciarios*, Buenos Aires, Nueva Visión, 2006.
- (19) ELKIND, D. (1970), *Niños y adolescentes: ensayos interpretativos sobre Jean Piaget*, Barcelona, Oikos-Tau, 1978.
- (20) ROUSSEAU, G. S.; WARMAN, C., «Writing as a Pathology, Poison or Cure: Henri-Frédéric Amiel's Journal Intime», *Studies in Gender and Sexuality*, 2002, 3, pp. 229-262.
- (21) FREUD, A., «Beating Fantasies and Daydreams», *Writings, I*, Nueva York, International Universities Press, 1974, pp. 137-157.
- (22) FRANK, A. (1947), *Diario*, Barcelona, Plaza & Janés, 1988.
- (23) DALSIMER, K., «Female Adolescent Development: a Study of the Diary of Anne Frank», *Psychoanalytic Study of the Child*, 1982, 37, pp. 487-522.
- (24) NIN, A. (1966), *Diarios*, Barcelona, RM, 1978.
- (25) WINNICOTT, D. (1971), *Realidad y juego*, Barcelona, Gedisa, 1979.
- (26) BLOS, P. (1972), *Los comienzos de la adolescencia*, Buenos Aires, Amorrortu, 1993.

(27) FREUD, S. (1908), «El poeta y los sueños diurnos», *Obras Completas. Tomo II*, Madrid, Biblioteca Nueva, 2005, pp. 1343-1348.

(28) BACHELARD, G. (1964), *La poética del espacio*, México, Fondo de Cultura Económica, 1983.

(29) BERES, D., «Communication in Psychoanalysis and in the Creative Process: a Parallel», *Journal of American Psychoanalysis Assesment*, 1957, 5, pp. 408-423.

* Susana Fernández de la Vega González. Psicóloga Clínica.
Correspondencia: C/ Recondo n.º 1, 4.º A, 47007. Valladolid
e-mail: susanafdez@hotmail.com

** Fecha de recepción: 22-IX-2008 (aceptado el 28-IX-2008).