



## **Apego-Individuación: Como una visión Relacional del Desarrollo Psicológico Normal Clarifica la Formación de Síntomas en la Adolescencia<sup>1</sup>**

**Shelley Doctors, Ph.D.<sup>2</sup>**

*New York, USA*

Hoy estamos aquí para pensar y para hablar de la experiencia corporal en la adolescencia –cómo contribuye o cómo complica el pasaje del/la adolescente de la infancia a la adultez. Pero si queremos entender cómo se involucra el cuerpo en los síntomas que tratamos clínicamente –los trastornos alimentarios, los auto-cortes, las diversas formas de actuaciones sexuales y muchos casos de abuso de alcohol y de drogas, etc.- creo que debemos fundamentar estas exploraciones en una reconsideración de nuestro concepto de desarrollo normal. Solo entonces podremos afinar nuestra comprensión de lo que ha ido mal y de cuáles son las necesidades psicológicas del/la adolescente.

Mi tesis es simple y tiene dos partes: (1) “Por término medio”, a aquellos/as que entran en la adolescencia con una organización sana de la personalidad, les será más fácil negociar las tareas del desarrollo de la adolescencia (independientemente de las formulaciones que se prefiera); y (2) El *estatus de apego* del/la adolescente –el grado en el que haya desarrollado una relación razonablemente *segura* con su madre, su padre, u otro –es el componente crítico de una organización psicológica sana en la adolescencia y a lo largo de la vida.

**Palabras clave:** Adolescencia, Apego, Separación-Individuación.

We are here today to think about and talk about bodily experience in adolescence – how it contributes to or complicates the adolescent’s passage from childhood to adulthood. But if we are to understand how the body becomes involved in the symptoms we treat clinically – the eating disorders, the self-cutting, the various forms of sexual acting-out, and many instances of drug and alcohol abuse, etc. – I believe we must ground such explorations in a reconsideration of our concept of normal development. Only then will we sharpen our understanding of what has gone wrong and what the adolescent’s needs are psychologically.

My thesis is simple and has two parts: (1) Those who enter adolescence with an “average expectable” healthy personality organization will have an easier time negotiating the developmental tasks of adolescence (regardless of whose formulations you prefer); and (2) The *attachment status* of the adolescent – the degree to which he or she has developed a reasonably *secure* relationship to a mother, father, or other – is the critical component of a healthy psychological organization in adolescence and throughout life.

**Key Words:** Adolescence, Attachment, Attachment-Individuation.

**English Title:** Attachment-Individuation: How a Relational View of Normal Psychological Development Clarifies Symptom Formation in Adolescence.

### **Cita bibliográfica / Reference citation:**

Doctors, Shelley. (2013). Vinculación-Individuación: Como una visión Relacional del Desarrollo Psicológico Normal Clarifica la Formación de Síntomas en la Adolescencia. *Clinica e Investigación Relacional*, 7 (3): 483-494. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de [www.ceir.org.es](http://www.ceir.org.es) ]

Hoy estamos aquí para pensar y para hablar de la experiencia corporal en la adolescencia – cómo contribuye o cómo complica el pasaje del/la adolescente de la infancia a la adultez. Pero si queremos entender como se involucra el cuerpo en los síntomas que tratamos clínicamente –los trastornos alimentarios, los auto-cortes, las diversas formas de actuaciones sexuales y muchos casos de abuso de alcohol y de drogas, etc.- creo que debemos fundamentar estas exploraciones en una reconsideración de nuestro concepto de desarrollo normal. Solo entonces podremos afinar nuestra comprensión de lo que ha ido mal y de cuáles son las necesidades psicológicas del/la adolescente. Sin embargo, la mayoría de las concepciones del desarrollo adolescente se apoyan en la especificación de las tareas que el/la adolescente debe negociar para transformar la organización infantil en una organización adecuada para el funcionamiento adulto. Los esquemas de Eric Ericsson, Peter Blos, Anna Freud, Jean Brooks-Gunn y otros, son, sin duda, valiosos.

No obstante, deseo que nos centremos en lo que distingue a una persona psicológicamente sana al principio de la adolescencia de otra menos sana, o algo “desfavorecida”, una diferencia demasiado a menudo subestimada al pensar clínicamente acerca de la adolescencia.

Mi tesis es simple y tiene dos partes: (1) “Por término medio”, a aquellos/as que entran en la adolescencia con una organización sana de la personalidad, les será más fácil negociar las tareas del desarrollo de la adolescencia (independientemente de las formulaciones que se prefiera); y (2) El *estatus de apego* del/la adolescente –el grado en el que haya desarrollado una relación razonablemente *segura* con su madre, su padre, u otro –es el componente crítico de una organización psicológica sana en la adolescencia y a lo largo de la vida.

Aquellos/as que llegan a la adolescencia con *apegos seguros* están en una posición mucho mejor para negociar los desafíos del desarrollo adolescente que aquellos/as cuyos apegos son *inseguros* o *desorganizados*. Tienen mejores recursos psicológicos, un punto que ampliaré cuando veamos las viñetas de casos. Aquellos/as que entran en la adolescencia con *apegos inseguros* o *desorganizados* tienen mayores dificultades en el pasaje a la adultez. Por todo lo cual, mi concepción de *normalidad* en la adolescencia se basa en el *apego seguro*, mientras que creo que la psicopatología en la adolescencia afecta en gran medida a aquellos/as que tienen *apegos inseguros* o *desorganizados*. No es justo, pero en este caso “la persona rica se hace más rica”.

Los/as adolescentes con apego inseguro y los que tienen apegos “desorganizados” a menudo hacen esfuerzos para mejorar la adecuación de sus apegos durante la adolescencia. Me refiero a esto como un intento de “actualizar su programa”. Estos esfuerzos para mejorar la adecuación de un apego suponen a menudo hacer intentos de conectar de una manera más cómoda, más segura, normalmente dirigidos a una figura parental. Sin embargo, los adolescentes “inseguros” o “desorganizados” están obstaculizados por las distorsiones emocionales y cognitivas que han construido en su lucha por adaptarse y por mantener apegos con cuidadores poco receptivos. De manera que, los modos en que abordan la comunicación con los demás hacen que sus esfuerzos, a menudo, resulten incomprensibles a los que les rodean. Las maneras de ser que han desarrollado en su infancia, sus ‘programas’, no les funcionan bien, y a menudo sus esfuerzos son tristemente inefectivos.

A menudo, las luchas de un/a adolescente para lograr vínculos relacionales más seguros – vínculos de apego- se concretan en síntomas que incluyen el cuerpo. El punto de vista que hoy presento es que cuando se reconoce el estado del apego del/la adolescente, es posible en ocasiones clarificar nuestra comprensión del sentido del comportamiento sintomático del/la adolescente y, por lo tanto, mejoraremos nuestras posibilidades de ayudarles. Ilustraré las ventajas de distinguir un proceso de apego-individuación sano de uno problemático con dos viñetas clínicas tras una breve incursión en la teoría psicoanalítica del desarrollo.

La afirmación de Anna Freud (1958) de que la crisis es la norma en la adolescencia ha borrado la distinción entre desarrollo sano y patológico durante demasiado tiempo. La investigación de Offer (Offer, 1969; Offer y Offer, 1975), que refutó el concepto de crisis adolescente normal, nunca fue incorporada por la teoría psicoanalítica. Además, la ebullición que caracteriza al psicoanálisis contemporáneo, la explosión de teorías relacionales, y los apasionantes hallazgos de los estudios sobre el apego y otras investigaciones sobre el desarrollo raramente se han abierto camino en las teorías psicoanalíticas, al menos en parte debido al lugar privilegiado de la “crisis adolescente” en las teorías del desarrollo. De ese modo, existe la paradoja de que la psicoterapia con adolescentes, ampliamente considerada como el área del trabajo terapéutico más independiente, también es el último bastión de la teoría psicoanalítica estructural de la pulsión.

El concepto de crisis adolescente tiene profundas raíces en la teoría psicoanalítica ya que está entrelazado con antiguas ideas acerca de la necesidad del adolescente de separarse de los padres de la infancia. Cuando uno cree que el vínculo interiorizado de los padres se sexualiza en la pubertad, tal como enseñó Sigmund Freud (S. Freud, 1905), el tabú universal del incesto proporciona la justificación de la pretendida necesidad de separarse de ese vínculo (A. Freud, 1958). Se cree que las dificultades relacionadas con esa tarea son las que producen la crisis adolescente. El término de Anna Freud (1958) de “crisis adolescente”, describe el malestar psicológico que creía que estaba *normalmente* relacionado con en “el sufrimiento mental causado por la difícil tarea de retirar la catexia y renunciar a una posición que no mantiene ninguna esperanza para la recuperación del amor, es decir, para la satisfacción” (p.262). Blois (1967) vinculó este proceso de reorganización psicológica al trabajo de Mahler (1968) acerca de la separación-individuación y describió la adolescencia como un segundo proceso de individuación en que el/la adolescente se desprende de las dependencias de la familia y afloja los lazos infantiles de objeto para convertirse en un miembro del mundo de los adultos.

Los profesionales y los profanos por igual han llegado a creer que la madurez depende de que el/la adolescente renuncie a las conexiones con sus padres. El aumento de la participación social del/la adolescente con el grupo de pares, por ejemplo, se toma como evidencia de la renuncia de los lazos internos con los padres. El psicólogo del *self* Dick Marohn (1998), combatió esta interpretación de la conducta adolescente típica y afirmó que los adolescentes, normalmente, no se separan de los padres de la infancia, si se toma en el sentido de renunciar a o de disminuir un vínculo de apego. Marohn dijo que los adolescentes necesitan vínculos emocionales seguros con sus seres queridos para que los sostengan a lo largo de la vida. Un auto-cuidado maduro y un funcionamiento eficaz en las nuevas relaciones y en el mundo son compatibles y, de hecho, dependen del mantenimiento de vínculos internos seguros con sus

seres queridos, la presencia de los cuales les proporcionan la fuerza y la confianza para enfrentar los retos de la vida.

Con el propósito de mejorar nuestra comprensión de las luchas de nuestros pacientes, sostendré que normalmente no se produce ningún periodo convulso consciente o inconsciente en la adolescencia; la transición a la adultez temprana es relativamente suave cuando el apego a uno de los padres es básicamente seguro. Sin embargo, si los lazos del/la adolescente con los cuidadores son básicamente inseguros o desorganizados, los síntomas espectaculares y las circunstancias familiares tumultuosas que a veces se observan en la adolescencia pueden indicar la inadecuación de un vínculo de apego. Tales acontecimientos *patológicos* se entienden mejor como avatares del *apego-individuación*.

### **Vinculación-Individuación**

Sugiero que poner la atención en la seguridad o inseguridad del apego del/la adolescente con los padres de la infancia puede iluminar y aclarar la cuestión del torbellino adolescente y nos puede ayudar a comprender con mayor claridad la naturaleza de la psicopatología que vemos frecuentemente. Sobre la base de sus apegos tempranos, los/las adolescentes seguros proceden a desarrollar vínculos más flexibles, más matizados. Amplian los repertorios relacionales que tienen con sus padres y con sus coetáneos, pero no renuncian a los lazos seguros. Saber que uno puede contar con el apoyo de otra persona permite la evolución del vínculo, la relación, y el sentido del yo y el otro en la relación. El apego seguro promueve la individuación, la aparición de rasgos de personalidad distintivos; en cada etapa de la vida, la individuación, la expansión normativa del desarrollo, se apoya en el buen funcionamiento de los entornos intersubjetivos que proporcionan las experiencias requeridas de objeto del *self*. Sin embargo, cuando los vínculos de apego son inseguros, a menudo el descontrol es el resultado de los intentos del/la adolescente para reprocesar y mejorar los lazos emocionales (Doctors, 1998a, b). Como veremos más adelante, en el material del caso que sigue, los aspectos sanos de la organización psicológica de un/a adolescente, la parte que desea mejorar acerca de la naturaleza de sus vínculos relacionales está siempre entrelazada con aspectos defensivos y cargados de miedo de su personalidad. Los esfuerzos del/la adolescente, por lo tanto, pueden ser confusos, irritantes, o incomprensibles para los padres, los maestros y el entorno no profesional. Desde este punto de vista, el descontrol no es normativo, sino que puede ser más bien una función del apego inseguro (Ainsworth et al., 1978).

La expresión apego-individuación proviene del trabajo de la investigadora infantil Lyons-Ruth (1991), quien revisó los datos y los escritos de Mahler (Mahler, 1968; Mahler, Pine y Bergman, 1975) y acuñó la expresión que contrasta con el término de Mahler, separación - individuación. Lyons-Ruth mostró desacuerdo con la afirmación de Mahler de que la ambivalencia hacia la persona cuidadora es normal por parte de un/a infante que necesita consuelo. Lyons-Ruth se basó en la investigación sobre el apego (Ainsworth et al., 1978) para reinterpretar a Mahler y dijo que es más probable que los incrementos de ambivalencia en los/las infantes se relacionen con las dificultades en la interacción cuidador-infante que, como afirmó Mahler, con la ambivalencia normativa relacionada con el "miedo a ser devorado/a."

Mientras que Mahler creía que la individualidad se alcanzaba mediante la diferenciación a partir de un estado de fusión entre madre e hijo/a, ahora reconocemos que, el yo y el otro pueden ser más fáciles de distinguir, desde el principio, de lo que se pensaba anteriormente. Además, lo que es crucial para el desarrollo es la naturaleza de la conexión establecida entre el si-mismo y el otro. En sistemas intersubjetivos que funcionan bien, la sensación de conexión y el sentido de diferencia se desarrollan a la par. Apego-individuación (Lyons-Ruth, 1991) hace hincapié en la "propensión del niño o la niña a establecer y mantener vínculos afectivos con los cuidadores preferidos *por todos los medios* [la cursiva es nuestra], y al mismo tiempo a tratar de encontrar un lugar *dentro de* [la cursiva es nuestra] estas relaciones para sus propios objetivos e iniciativas" (p. 10). En este modelo, no se produce ningún conflicto a menos que el niño o ña niña no pueda encontrar un lugar dentro de la relación para sus propios objetivos e iniciativas. Cuando experimenta sus propios objetivos e iniciativas como amenazadores se desarrolla el apego emocional con la figura cuidadora, junto con el conflicto interno (ver Stolorow, Brandchaft y Atwood, 1987, pp 88-99, Brandchaft, Doctors, & Sorter, 2010). Este es el conflicto que Brandchaft ha estado describiendo en su trascendental contribución psicoanalítica (Atwood y Stolorow, 1984; Stolorow, Brandchaft y Atwood, 1987, 1988, 1992, 1993 y Brandchaft, Doctors y Sorter, 2010). *Entonces*, la ambivalencia que se puede observar en estas circunstancias, emana de las dificultades del niño o la niña para mantener un sentido de conexión interna con la figura parental al tiempo que afirma su individualidad.

Otros (por ejemplo, Franz y White, 1985; Blatt y Blass, 1990) también han argumentado que la individuación y el apego son líneas de desarrollo interconectadas; que en cada etapa de desarrollo, las experiencias en un ámbito tienen ramificaciones en el otro (Franz y White, 1985, p.247). Ello conlleva diversas implicaciones. En cada etapa del desarrollo, los problemas de apego producen problemas en la individuación, mientras que las experiencias exitosas de apego continúan apoyando y promoviendo individuaciones más sólidas. Del mismo modo, los avances en la individuación fortalecen en vez de debilitar el apego.

Voy a presentar dos viñetas necesariamente breves de chicas adolescentes en mitad de las vicisitudes de sus procesos de apego-individuación. Ambos casos ilustran el aspecto de la individuación que se conoce como "encontrando la propia voz" (Gilligan, 1982). La capacidad de hacer valer el punto de vista personal frente a una persona que no lo comparte ni es receptiva a él, es sólo un aspecto del proceso más amplio de individuación; pero es un aspecto que puede centrar la atención en las diferencias individuales en el proceso de desarrollo en la adolescencia. El primer caso, el de Blair, ilustra la crisis adolescente que puede tener lugar cuando una adolescente insegura intenta reelaborar y mejorar los vínculos emocionales en la adolescencia. El segundo caso, el de Alexandra, ilustra un apego-individuación más sano en la adolescencia.

Mi propósito es poner de relieve la diferente naturaleza del vínculo de cada adolescente con su figura parental, ya que creo que nuestra comprensión del proceso de individuación en la adolescencia se ha visto obstaculizada por no reconocer el distinto curso del desarrollo seguido por los adolescentes con apego seguro e inseguro. El vínculo con la figura parental no es igual para todos los adolescentes. Cuando se reconoce el papel del apego inseguro, la vulnerabilidad que un/a infante inseguro aporta al proceso de desarrollo - la desesperación, la depresión, y (a

veces) la agresión que surge de esa vulnerabilidad pueden ser reconocidas y no atribuidas erróneamente al dolor relacionado con la denominada desconexión. La ambivalencia intensa es reformulada, al estilo de Lyons-Ruth (1991), como un sello distintivo del apego inseguro que complica la individuación o la expansión normal del desarrollo.

Blair, de 16 años de edad, se mudó a la casa de su padre y su madrastra posteriormente a una hospitalización por anorexia nerviosa, ya que las ansiedades de su madre con respecto a la comida y del peso habían sido un factor clave en el trastorno de la alimentación de Blair. La distancia física y emocional causada por el divorcio había erosionado la cercanía que Blair tenía al principio con su padre y la había hecho vulnerable a la ira de su padre y a sus comentarios sarcásticos. Cuando el conflicto se intensificó entre Blair, su padre y su madrastra, Blair comenzó a intercalar su restricción de alimentos con episodios de atracones solitarios.

Para entender la aparición del síntoma nuevo, yo abstraía y generalizaba para describir fenomenológicamente los ciclos de comportamiento de Blair. "Así que te retraes, restringes tu alimentación, te refrenas, te contienes, y de repente *estallas*." "Oh", respondió Blair, animada, "Oh, estos son mis sentimientos acerca de Paulette!"

Blair había leído en el diario de su madrastra que Paulette estaba enfadada y frustrada. Describía a Blair como la "malcriada", que estaba "arruinando su vida." Conmocionada y consternada, Blair había expresado su dolor a Paulette, quien reaccionó con furia. Blair contó que se había estado esforzando para "acordarse" de que no debía esperar ni mostrar afecto por Paulette, pero que a veces "se le olvidaba", y entonces tenía que volver a intentar controlarse. Blair intentaba controlar sus sentimientos hacia Paulette y su padre; tanto su dolor como sus sentimientos afectuosos. Nótese la relación isomórfica entre la estructura de la conducta alimenticia de Blair y la estructura de su experiencia afectiva con su madrastra. Su restricción de alimentos y el comer compulsivo son concretizaciones comportamentales de su lucha emocional. Ella trata de no comer de la misma manera que intenta restringir su relación afectiva con Paulette. Su ingesta compulsiva, el estallido de su apetito físico, irrumpe en el momento que surgen los sentimientos afectuosos respecto a Paulette que está tratando de contener. Este es un ejemplo de cómo el cuerpo puede entrar en juego para expresar la experiencia dolorosa, emocional y conflictiva.

El intento de Blair de controlar su dolor y sus sentimientos afectuosos hacia Paulette era un esfuerzo de auto-protección para evitar más interacciones dolorosas devastadoras con su madrastra. Su nuevo patrón de restricción de alimentos, seguido de atracones, era una concretización de su lucha psicológica.

Los paralelismos entre los comportamientos en el ámbito de los alimentos, y en el dominio de las relaciones eran sorprendentes. Las conductas alimenticias constituían la "voz" que Blair no podía usar en las relaciones. Blair estaba crónicamente hambrienta, pero trataba de no comer en todo el día, sólo para atiborrarse por la noche. Asimismo, se decía que Paulette no era nadie de quien ella necesitara preocuparse, y sin embargo, su "hambre" por la proximidad que habían tenido seguía surgiendo. Las restricciones en el comer *concretizaban* los intentos de Blair de controlar la expresión de los sentimientos que incomodarían a sus cuidadores y sus vínculos inseguros con ellos. Si bien podemos entender que las conductas relacionadas con la alimentación son *concretizaciones somáticas* de experiencias afectivas no integrables,



abrumadoras, y amenazadoras, las personas que no son clínicas, solo ven un trastorno de alimentación. Blair estaba tratando de controlar la expresión de los sentimientos que incomodarían aún más a sus cuidadores y a sus vínculos inseguros con ellos. Sin embargo, seguía irrumpiendo su hambre emocional de *lazos emocionales más satisfactorios*.

Blair se quejó de que su padre y su madrastra le estaban haciendo caso omiso, diciendo que quería que estuvieran interesados en ella, que se preocuparan por lo que estaba pasando con ella. Ella quería simultáneamente atención y renunciaba a ese deseo. Ya sea en lo que se refiere a los alimentos o en lo que se refiere a la vida emocional, Blair alternaba entre el sentimiento de: "Yo lo quiero, lo quiero lo quiero", y luego se sorprendía a si misma diciendo: "Yo no lo necesito, no lo necesito, yo no lo quiero. "¿Es este el mayor aumento de la ambivalencia esperado por Mahler (1968) y Blos (1967) que *normalmente* acompaña etapas del desarrollo en las que se supone que los temas de separación-individuación son centrales? Paralelamente a la crítica de Lyons-Ruth (1991), creo que la ambivalencia de Blair es un distintivo del apego patológico (Ainsworth et al., 1978) que aquí complica el curso del desarrollo adolescente. Los apegos inseguros de Blair con su padre y con Paulette no pueden entenderse como separados de las personalidades de su padre y de Paulette, aunque esos detalles están más allá de los límites de esta presentación.

### Alexandra

Alexandra, una chica con muchos logros y muy trabajadora, se dedicaba también a una floreciente vida social que discutía con entusiasmo en la psicoterapia. Aunque no estaba deprimida, ansiosa ni sintomática, había cosas de las que no quería hablar con su padre ni con su padrastro, a pesar de tener bastante intimidad con ellos. Había tenido una terapeuta en la infancia (en un tratamiento iniciado cuando su madre y su padrastro tuvieron conocimiento del cáncer terminal de su madre), a los 16 años. Dos años después de la muerte de su madre Alexandra o "Zan" veía la terapia como una oportunidad de tener una confidente femenina cercana, con quien podía hablar de su desarrollo físico y de su progreso social / sexual.

Un día, Alexandra estaba hablando con entusiasmo –cosa que reflejaba el estado de ánimo que predominaba cuando hablaba de los acontecimientos que confirmaban el reconocimiento que obtenía de su atractivo y los beneficios sociales que le confería. Ella había salido con un chico muy atractivo y se había sorprendido e incomodado por un comentario sarcástico que hizo sobre Martin Luther King (el héroe afro-americano de los derechos civiles). Ella le preguntó qué había querido decir y persistió, incluso cuando el joven se puso rápidamente a la defensiva, irritado y con desaprobación, sugiriendo que sus puntos de vista liberales eran inmaduros. A pesar del hecho de que ella quería que él sintiera que ella tenía la edad suficiente para salir con él, ella no se disuadió ni se calló. Hizo acopio de valor, persistiendo, "Tal vez pienses que es una tontería preocuparse por esto como lo hago, y tal vez realmente no quieras salir conmigo ahora que sabes quién soy, eso depende de ti, pero yo soy la que soy y no me respetaría si me lo negara. La pregunta que te estoy haciendo es: "¿Quién eres tú, y en qué crees?"

La viñeta revela los fundamentos del desarrollo de Alexandra (los "programas" psicológicos

de los que he hablado) y las interacciones intersubjetivas en las se había formado. Reconocí la difícil elección que había hecho y le expresé mi admiración por su fuerza. Ella respondió con placer, diciendo que había sido difícil, pero necesario. Añadió que, en el momento en que lo hacía, había sentido la presencia de su madre. Continuó poniéndome al corriente de la relación que recordaba con su madre ahora que habíamos hablado de ella. En la infancia, su madre le decía: "Zan puede" para subrayar y reforzar las veces que Alexandra se sentía orgullosa de sí misma. Alexandra me dijo que sus acciones respecto al comentario prejuicioso habían sido un momento "Zan puede". Las dos estábamos llenas de emoción. Ella sintiendo la presencia continuada de su madre en su vida, yo sintiéndome honrada, afortunada de poder estar en contacto con la fuerza de Zan y, a través de ella, con la humanidad orgullosa de su madre. Cuando salió de mi consulta, pensé en las palabras de mi amigo Dick Marohn que dicen: "La representación interna de la madre la sostiene; ella reexperimenta este sustento en sus nuevas relaciones con los profesores, novios u otros" (Marohn, 1998, p.12).

### Discusión

¿Qué ilustran estos casos acerca del desarrollo adolescente, cómo procede normalmente, y las circunstancias psicológicas que producen el descontrol adolescente? ¿Podemos revisar ahora el papel y la función de la naturaleza del vínculo de apego con los padres de la infancia, reconociendo que la naturaleza de esos vínculos es distinta para distintos adolescentes?

Aunque tanto Blair como Alexandra han experimentado la pérdida de figuras parentales en la infancia (Blair mediante el divorcio, y Alexandra por un divorcio y después la muerte de su madre), la naturaleza de los vínculos de apego de cada una y su contexto intersubjetivo real eran profundamente diferentes. Cada una tenía recursos y obstáculos muy diferentes en la tarea de encontrar su voz en las relaciones. Cada chica se enfrentó con el reto de mantener su propia voz, incluso cuando ello amenazaba una relación. Las diferencias en las capacidades de Blair y de Alexandra para mantener su "voz", un aspecto de la individuación adolescente, reflejan diferencias en los estados de los apegos subyacentes. Alexandra ilustra cómo su apego seguro apoya el progreso de la individuación, mientras que Blair muestra un camino por el que el apego inseguro le complica y le retrasa más la individuación. Estos casos han sido contrapuestos para ilustrar la forma en que, psicológicamente, como digo, "los ricos se hacen más ricos". Por regla general, la seguridad del apego promueve una individuación más sólida y viceversa. Cuando Blair estaba intentando controlar su comportamiento afectuoso para con su padre y su madrastra, no se limitaba simplemente a retirarse en respuesta a sus sentimientos heridos, sino que ella, una vez más, trataba *de acomodarse* al nivel y al tipo de intimidad tolerable para cada figura parental (Brandchaft, Doctors y Sorter 2010). Blair había establecido una convicción inconsciente de que, para mantener cualquier tipo de vínculo emocional, ella debía ser como los demás querían que fuera, aunque a ella conscientemente le pareciera muy insatisfactorio. Brandchaft describiría esto como un sistema de acomodación patológica (Brandchaft, Doctors y Sorter de 2010).

"Cuando la organización psicológica de la figura parental no se puede acomodar a las



necesidades cambiantes específicas de cada fase de la criatura en desarrollo, entonces la estructura psicológica más maleable y vulnerable de la criatura se acomodará a la que esté disponible." (Atwood y Stolorow, 1984, pg. 69). Brandchaft contribuyó en gran medida a esta formulación, tal como se describe en la introducción de este libro.

Ella vivía el hecho de diferenciarse de la persona que los otros "querían que fuera" como una amenaza a su sentido del yo. Sin embargo, Blair anhelaba cada vez más ser reconocida como una persona singular. El conflicto que estoy describiendo es terrible para una adolescente -el conflicto entre mantener el sentido de sí misma, tal como es, así como las experiencias reaseguradoras del objeto del self necesarias para expandir y para avanzar en el desarrollo psicológico. Una auto-restricción emocional de este tipo limita el trabajo psicológico de la adolescencia -refinar el sentido del yo, refinar el sentido del otro, y explorar los matices de las posibilidades relacionales entre el yo y el otro.

Para adolescentes como Blair, los modos de ser aprendidos anteriormente con los padres retrasan el desarrollo adolescente y, con demasiada frecuencia, los padres vuelven a fallar en darles apoyo. Al igual que Blair, algunas adolescentes buscan revisar sus maneras de ser auto-restrictivas. Consciente o inconscientemente, implican a los cuidadores (y otros) en nuevas versiones de viejos escenarios buscando poder desarrollar patrones más adaptativos (Doctors, 1998a, 1998b). Estos intentos de hacer "actuar bien" a las figuras parentales (véase M. Tolpin, 1986) a menudo llevan al duelo, ya sea por limitaciones insuperables en el entorno (me refiero a la incapacidad por parte del cuidador de modificar, con el tiempo, su respuesta emocional) o bien porque la forma provocativa en la que tiene lugar la demanda de cambio es incomprensible para los demás participantes (Doctors, 1998b).

En contraste, la seguridad del apego de Alexandra con cada uno de sus padres había sido lo suficientemente resistente como para protegerla, a pesar de los hechos traumáticos que tuvieron lugar; la pérdida por divorcio y luego la muerte. Su confianza en sí misma, el orgullo, la flexibilidad y la perseverancia sana, todos ellos secuelas del apego seguro, la ayudaron a tener más experiencias de auto-afirmación. Esto es lo que tengo en mente cuando digo que "los ricos se hacen más ricos." El apego seguro, que se manifiesta en las capacidades funcionales y las expectativas positivas bien desarrolladas, contribuyó en todas sus interacciones relacionales incluido el momento en el que ella eligió defender sus valores, aunque significara perder al chico. *Debido a* que esto era dominante en su repertorio, ella pudo vivir más experiencias de afirmación. Estaba orgullosa de la forma en que se había comportado - ella pudo reconocer la posición del otro a la vez que mantenía su propia voz. Ser capaz de perseverar y de ganarse el respeto de un joven admirado -resultado del apego seguro- todavía engrandeció, refinó e hizo más complejo más su sentido del yo. Esta es la manera como el apego seguro promueve una individuación más sólida, mientras, -de forma simultánea, en esta circunstancia- el progreso en la individuación mejora el apego. Esto no es un juego de palabras por mi parte. La individuación y el apego se refuerzan mutuamente. En la medida en que uno siente que un ser querido contribuye al propio florecimiento, el apego se le hace más profundo. Cuando la conexión interna es contenedora, se fortalece la subjetividad individual.

Blair llegó a la adolescencia con una inseguridad fundamental, una expectativa de que los otros nunca estarían interesados en ella como persona por derecho propio. Que para mantener

su apego inseguro se requería el auto-sometimiento porque la autoafirmación estaba asociada con temores de pérdida de conexión. (Ver “Systems of Pathological Accomodation” en Brandchaft, Doctors & Sorter, 2010). Unos síntomas dramáticos concretaban y expresaban el dilema psicológico de Blair y sus ansiedades concomitantes y fueron los vehículos a través de los cuales ella consciente e inconscientemente intentaba reelaborar las relaciones en las que se originaron y se mantuvieron sus expectativas. Blair inconscientemente caminaba por una cuerda floja emocional, tratando de mantener las conexiones que tenía mientras intentaba encontrar un lugar en ellas para su propia voz, su propia singularidad. Observad especialmente los intentos de Blair de superar sus defensas básicas contra la expresión del afecto en las relaciones. En un movimiento importante hacia la "intersubjetividad" (en el sentido que Daniel Stern [1985] utilizó el término), Blair le contó a Paulette cómo se sentía e intentó obtener reconocimiento y comprensión. En las respuestas furiosas de Paulette y de su padre, vemos el contexto intersubjetivo en el que Blair se dio cuenta de que sus manifestaciones afectivas no eran bienvenidas, una conciencia que la inclinó a la *concretización de la experiencia afectiva*. Cuando digo *el contexto intersubjetivo* aquí, uso el término intersubjetivo tal como es utilizado por Stolorow, Atwood, Brandchaft, Orange, yo misma y muchos otros. A pesar de que el clínico pueda ver el lado esperanzador de este comportamiento, *esto* es el descontrol adolescente, transformado en aún más caótico por la retraumatización por parte de los padres.

### Conclusión

Las viñetas clínicas ilustran mi argumento de que la crisis adolescente se entiende mejor como dificultades en el apego-individuación más que como angustia de separación normativa adolescente. Con este cambio, se hace posible una distinción más clara entre desarrollo sano y patológico. Podemos reconocer que la presentación clínica de (a) la ambivalencia extrema hacia los padres y (b) los síntomas dramáticos, a menudo contienen expresiones concretizadas de las necesidades del desarrollo y respuestas intersubjetivamente discordantes a esas necesidades (véase también Doctors, 1987) que señalan procesos de apego desorganizado más que temas normales de separación adolescente. De ese modo prestamos atención a la naturaleza de los vínculos de apego del/la adolescente y al problema clínico de mejorar la seguridad relacional y el desarrollo de las distintas capacidades funcionales que normalmente son las secuelas naturales del apego seguro, de manera que la individuación normal pueda continuar. Seguimos reconociendo que la individuación se acelera en la adolescencia, pero la redefinimos diciendo que contribuye y depende de los vínculos de apego seguro con las figuras parentales.

### REFERENCIAS

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. Wall, S., ed. (1978). *Patterns of Attachment*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Beebe, B. & Lachmann, F. (1988). The contribution of mother-infant mutual influence to the origins of

- self- and object representations. *Psychoanal. Psychol.*, 5:305-337.
- Blatt, S. & Blass, R. (1990). Attachment and separateness: A dialectic model of the products and processes of development throughout the life cycle. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 45:107-127. New Haven, CT: Yale University Press.
- Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 22:162-186. New York: International Universities Press.
- Brandchaft, B., Doctors, S., & Sorter, D. (2010). *Toward an Emancipatory Psychoanalysis: Brandchaft's Intersubjective Vision*. Routledge: New York and London.
- Doctors, S. (1987). The developmental split: Meanings and functions of symptoms occurring in adolescence. Presented at the meeting of Division 39, American Psychological Association, New York, April 1990.
- Doctors, S. (1998a). Sexual efflorescence and the adolescent developmental process: A relational view. Presented at the meeting of Division 39, American Psychological Association, Boston.
- Doctors, S. (1998b). Toward a relational view of adolescent development and pathology: integrating self psychology and attachment theory into clinical work. Presented at the IACAPAP Congress, Stockholm, Sweden.
- Franz, C. and White, K. (1985). Individuation and attachment in personality development: Extending Erikson's theory. *J. Pers.*, 53:224-256.
- Freud, A. (1958). Adolescence. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 13:255-278. New York: International Universities Press, 1953.
- Freud, S. (1905). Three essays on the theory of sexuality. *Standard Edition*, 7:125-245. London: Hogarth Press, 1953.
- Gilligan, C. (1982). *In a Different Voice*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Lachmann, F. & Beebe, B. (1996). The contribution of self- and mutual regulation to therapeutic action: A case illustration. In: *Basic Ideas Reconsidered: progress in Self Psychology, Vol 12* ed. A. Goldberg. Hillsdale, NJ: The Analytic Press, pp. 123-140.
- Lyons-Ruth, K. (1991). Reapproachment or approachment: Mahler's theory reconsidered from the vantage point of recent research on early attachment relationships. *Psychoanal. Psycho.*, 8:1-23.
- Mahler, M. (1968). *On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation*. New York: International Universities Press.
- Mahler, M., Pine, F., & Bergmann, A. (1975). *The Psychological Birth of the Human Infant*. New York: Basic Books.
- Marohn, R. (1998). A re-examination of Peter Blos's concept of prolonged adolescence. In: *Adolescent Psychiatry*, vol. 23, ed. A. Esman. Hillsdale, NJ: the Analytic Press, pp:3-20.
- Offer, D. (1969). *The Psychological World of the Teenager*. New York: Basic Books.
- Offer, D, and Offer, J. (1975). *From Teenage to young Manhood*. New York: Basic Books.
- Stolorow, R., Brandchaft, B. & Atwood, G. (1987). *Psychoanalytic Treatment: An*

*Intersubjective Approach*. Hillsdale, NJ: The Analytic press, pp. 47-65.

Tolpin, M (1986). The self and its selfobjects: A different baby. In: *Progress in Self Psychology*. Ed. A. Goldberg. Hillsdale, NJ: The Analytic press, 2:115-128.

Original recibido con fecha: 3-6-2013 Revisado: 20-10-2013 Aceptado para publicación: 30-10-2013

## NOTAS

---

<sup>1</sup> Algunas partes de esta presentación fueron publicadas en Doctors, S. (2000). "Apego-Individuación: 1. Notas Clínicas Para una Reconsideración del 'Torbellino Adolescente'", en *Adolescent Psychiatry*, ed. A. Esman, 25:3-16, Hillsdale, NJ: The Analytic Press; algunas porciones fueron presentadas en "Una Visión Relacional de la Individuación en la Adolescencia: El Papel del Estatus de Apego" en el Congreso de Nueva York, Marzo, 2012. Esta versión es el trabajo leído en la 4ª reunión anual de IARPP-España, Barcelona 24 y 25 de Mayo de 2013, convocadas bajo el lema "Cuerpo y Adolescencia". Traducción del inglés a cargo del grupo de colaboradores de IARPP-España en Barcelona.

<sup>2</sup> Psicóloga Clínica y Psicoanalista. Presidenta de la *International Association for Psychoanalytic Self Psychology*. Ejerce en Nueva York (USA). Dirección de contacto: [srdoctors@gmail.com](mailto:srdoctors@gmail.com)