

SISTEMAS COGNITIVOS COMPLEJOS Y PSICOTERAPIA

MARIO REDA

1. LA ORGANIZACIÓN OBSESIVA

Nosotros, querido amigo, somos el sol y la luna, somos el mar y la tierra. Nuestra meta no es transformarnos el uno en el otro, sino conocernos y aprender a ver y respetar en el otro lo que él es: nuestro opuesto y nuestro complemento.

H. Hesse.

1.1. Situaciones de reciprocidad durante el desarrollo.

1.1.1. Infancia: apego ambivalente

Todas las situaciones que, durante el desarrollo, estimulan un modo doble y opuesto de vincular la complejidad, contribuyen a la organización del conocimiento del tipo obsesivo. El contacto físico con un padre que reacciona con ambivalencia a la presencia del niño, proveyendo un apego sin el calor que se requiere o garantizando una presencia con dificultad para traducir en mensajes táctiles su afecto, constituye un ejemplo de cómo los primeros "tonos sensoriales", se pueden desarrollar en una dupla binaria. El infante advierte, al mismo tiempo, apego y desapego. Las fluctuaciones emotivas de los momentos de soledad, son sólo en parte resueltas con el retorno de los padres y a la calma se le adjunta un estado de insatisfacción y de alarma.

En los primeros años se puede notar, en todos los niños, la presencia de actitudes definidas como ritualísticas, las que consisten en la búsqueda de precisión extrema, regularidad y repetitividad en la forma y en los tiempos de la actividad cotidiana. Las pastas deben ser presentadas en el mismo plato, con la misma modalidad y, así, el prepararse para salir, el modo de jugar y el de lavarse y llevar a cabo las propias actividades fisiológicas. Es el intento de forzar la permanencia de los objetos significativos y de combatir y alejar con rituales mágicos, la presencia de lo incierto (Freud, 1965; Adams, 1973).

Un comportamiento de protección, unido a un natural componente afectivo, permite la correcta modulación de la tensión del niño y las actitudes ritualísticas desaparecen gradualmente. Lo que se observa en las familias de los obsesivos es la rigidización de, al menos uno de los dos padres, en la posición de ambivalencia (Guidano y Liotti, 1983). Nos encontramos con la presencia de figuras parentales, especialmente padres, con una forma particular de autoritarismo, caracterizado por la incapacidad de adentrarse en el rol del niño y de asumir alguna actitud (Adorno y Frenkel, 1950; Adams et. al., 1965).

La tendencia natural a expresar y comunicar amor al niño, es bloqueada por reglas rígidas y convenciones según las cuales los niños no se deben tocar, por motivos higiénicos, o no es necesario mecerlos mucho para no viciarlos, o más aún, "los niños deben aprender pronto a someterse de modo acrítico a la voluntad de los padres" (Schatzman, 1973, p.10.). De esta manera y con su rígida y asidua presencia, el padre está convencido de que está siguiendo

"reglas justas", para criar y educar bien a sus propios hijos (recuérdese, a propósito, que es muy frecuente la presencia de una familiaridad obsesiva en las personas con organización obsesiva).

El hijo que ya ha vivido una situación de ambivalencia en las primeras relaciones de reciprocidad con la familia, está propenso a establecer una relación preferencial con el progenitor rígido, precisamente porque obtiene en él la seguridad que busca. Se crea así una reciprocidad por la cual **aquel padre** está más estimulado a proponer mensajes según su modalidad racional y afectivamente desapegada y, **aquel hijo**, a desarrollar sus propios sistemas psicofisiológicos, poniendo vínculos concretos y rígidos a la complejidad. A veces se encuentran padres particularmente crueles, que guían a los hijos con castigos escondidos tras la formalidad y convencionalismos o tras una velada dulzura (Barnett, 1969).

Esto provoca posteriores incertidumbres con las cuales, estos desgraciados niños, atribuyen a su propia maldad intrínseca, los recuerdos de castigos que, después de una adecuada indagación permiten comprobar que han sido siempre tratados con hipocresía (Sullivan, 1956). Un ecosistema de "fachada doble" torna desesperada la búsqueda de seguridades en un período de la vida que debe establecerse, sobre la base de requerimientos de regularidad. Otra modalidad que podemos encontrar en el ecosistema de los pacientes con organización obsesiva, es el requerimiento continuo de realizar tareas inadecuadas para la edad del niño.

Estos requerimientos son presentados en términos hiperracionales y siguiendo una lógica, para la cual el niño no está biológicamente preparado. Abundan las explicaciones verbalizadas, limitando al mínimo la comunicación no verbal (Ruesch, 1957).

Un paciente obsesivo, con un grave problema de tener que controlar si cada uno de sus movimientos estaba bien hecho, antes de llevar a cabo sus acciones, recordaba que desde pequeño su atención selectiva se focalizaba en la búsqueda de regularidad. En los primeros libros que le regalaban, se detenía en las figuras geométricas, en las cuales todo estaba representado de manera simétrica y estática (por ejemplo un paisaje visto desde una ventana rectangular, con el mar quieto; un barquito a la derecha y otro a la izquierda; dos jarrones con flores a ambos lados del balcón y ningún signo de movimiento), mientras evitaba detenerse sobre cualquier figura, en la que se encontrara el movimiento y la asimetría.

Era la desesperada búsqueda de la precisión con exclusión de la irregularidad, estimulada por un sistema ambiental, en el cual hacer lo correcto estaba constituido por la obediencia a rígidas reglas, expuestas de manera hiperracional por la madre, profesora de letras. El padre, que le dedicaba mucho tiempo, lo llevaba siempre a visitar museos y pinacotecas, dándole explicaciones muy detalladas, las que representaban una "forma sutil de brutalidad", en un período en el cual los conocimientos son adquiridos mediante el juego y la movilidad, los que eran rigurosamente prohibidos.

1.1.2. Niñez: la formación de una imagen de sí mismo doble

Durante la niñez el conocimiento de sí mismo y del mundo, continua organizándose en dos direcciones opuestas. El espejo ambiental, al cual el niño activamente se refiere, refleja al mismo tiempo dos imágenes opuestas. Si es muy cuidado y apoyado por sus padres, se siente validado y bien, pero a través de los castigos, prohibiciones e incomprensiones se siente malo e incapaz.

La misma realidad comienza a ser encuadrada por estas dos posiciones opuestas, dado que las rígidas reglas impuestas por los padres, contrastan con los requerimientos naturales de la niñez, los cuales observa satisfechos en sus otros iguales. A veces la organización de una doble imagen de sí mismo es estimulada al encontrarse en contacto, por períodos más o menos similares, con ambientes en los cuales existen reglas y hábitos diametralmente diferentes.

Lo mismo se puede presentar, si los dos padres envían mensajes, implícitos o explícitos, completamente opuestos entre ellos, a un hijo que está luchando por la búsqueda de un modelo de identificación. Recordemos que, en el primer período de la niñez, la presencia del pensamiento concreto lleva a focalizar la propia atención sobre atributos que excluyen los opuestos. De este modo, si a una persona se le proveen validaciones positivas, no es concebible, por lo mismo, la posibilidad de tener, en otros sectores, alguna negativa y viceversa. La presencia simultánea y continua de realidades tan diferentes entre sí, facilita la organización de dos modelos de conocimiento sin puntos de contacto, y por lo tanto, extraños entre ellos. Todo está obviamente preparado y facilitado por la presencia, a nivel tácito, de esquemas emotivos opuestos y por la simultaneidad de apego y desapego en los intercambios de reciprocidad afectiva, durante el período infantil.

El estudio del ambiente familiar de 49 niños con organización obsesiva descompensada, permitió evidenciar las siguientes características (Adams, 1973):

- Presencia de padres poco activos a nivel motor, pero hiperactivos en la comunicación verbal.
- Acentuación sobre la necesidad de seguir, desde pequeños, reglas convencionales de etiqueta y educación. Los padres se enorgullecen de tener hijos maduros, reflexivos y que nunca se comportan (como todos los niños) impetuosamente, imprudentemente, impulsivamente.
- Gran limitación de las relaciones sociales. Se trata de familias con pocos amigos y pocos contactos externos.
- Énfasis en la limpieza, con acentuación en la limpieza material mas que la moral.
- Adherencia a un moralismo instrumental con actitudes religiosas de tipo supersticioso.

- Estimulación del sacrificio, las penitencias y el ahorro.
- Extremas limitaciones a la expresión libre de la felicidad y el placer, como también de otros sentimientos, que son considerados vulgares.
- Actitudes extremas ante las expresiones de la sexualidad y agresividad.

1.1.3. Adolescencia: la búsqueda del sí mismo justo

En la adolescencia, la emergencia del pensamiento abstracto y la posibilidad de estructurar una nueva visión personal de sí mismo y del mundo provocan, en todos los seres humanos, una natural sensación de "división del Yo" (cfr. cap.4).

Por las características de desarrollo "a doble modelo" que ya hemos considerado, la predisposición de quien tiende a organizarse según un estilo obsesivo es la de advertir, dentro de sí mismo, la presencia de dos personas extremadamente diferentes entre ellas. Esto provoca una fluctuación emotiva interna, excesiva en relación a las normales crisis adolescentes. La diferencia entre los dos sí mismos, hace difícil modular la sensación de desagrado. La única solución es la de buscar confirmar los atributos del sí mismo positivo, justo y bueno, y evitar los opuestos que constituyen la parte negativa, equivocada y maligna del sí mismo. El encuentro con realidades diversas, permite distanciarse de las reglas concretas y absolutas de la niñez y reorganizar la vasta complejidad con la que se encuentra confrontado, mediante los vínculos necesarios para la búsqueda de la unidad. El modelo de precisión al cual debe atenderse, y los mensajes rígidos de un ambiente constituido de certezas absolutas, hacen muy difícil el intento de aceptar, reconocer y explorar un mundo hecho de contrastes e imprevistos. En el hacer frente a las tareas adolescentes se advierte la exigencia del rol preciso, la dificultad para individualizarlo y la insuficiencia para corresponderle.

Un paciente con organización obsesiva refería que, durante su adolescencia, cuando en vez de volver a casa, se detenía en el bar con sus amigos que jugaban al billar, su atención estaba dividida. Se duplicaba entre la observación del juego y la conversación ruidosa, de sus amigos y la conversación que, educadamente sostenían los mayores en las otras mesas.

Lograba seguir e interiorizarse simultáneamente en ambos eventos, dudando de cual sería el justo equilibrio que debía tener. A pesar de aceptar la diferencia entre los opuestos, hacia la cual concentra su propia atención, el obsesivo continúa considerándolos en forma simultánea, confirmando la sensación de que existen presentes, dos partes de su sí mismo. Esta presencia doble comporta una **continua** necesidad de opción la que, debe caer en la parte justa y excluir totalmente lo equivocado.

1.2. Identidad personal.

La identidad personal tiende a asumir las siguientes características:

- **la actitud hacia sí mismo** está marcada por un rígido requerimiento de perfeccionismo. Más que aceptar las limitaciones, los errores y las debilidades humanas (que lo harían inclinarse hacia el sí mismo negativo), el obsesivo pretende adquirir actitudes y nociones perfectas, para confirmarse válido y justo. El sí mismo real se contrasta siempre con el sí mismo ideal. A los pocos momentos de autoestima, le siguen la insatisfacción y la duda "la búsqueda de la certeza, como atributo divino, impide gozar de los pequeños éxitos que puede obtener un ser humano [...] la solución es la de ser más perfectos y por lo tanto, más obsesivo" (Salzman, 1973, p.23).
- **la actitud hacia la realidad** es la de una búsqueda continua para lograr certidumbre y orden. Antes de tomar una decisión es necesario validar cada posibilidad de error (siempre presente como opuesto/negativo). Se procede, por lo tanto, a través de verificaciones, controles y dudas continuas. Las rígidas reglas son aplicadas indiscriminadamente y sin tener en cuenta las variables que pueden, de vez en cuando, incidir sobre determinadas situaciones y circunstancias. A todo se le deben aplicar rigurosos conceptos de honestidad, integridad moral y veracidad absoluta, los que son, obviamente, los atributos personales del obsesivo, y están ausentes en todos los demás. El mundo está habitado por estúpidos, a los que se debe criticar e instruir; por locos que hay que curar y entender; por deshonestos, que hay que juzgar y castigar; por modelos negativos en los que se puede caer, si no se mantuviera hacia ellos una oposición rígida.

1.3. Mantención y descompensación

1.3.1. La duda

La idea que en el mundo existen certezas absolutas que es necesario perseguir para confirmar la imagen positiva de sí mismo, lleva a situaciones de difícil equilibrio, dado que se requieren decisiones frente a opciones más o menos importantes.

La necesidad de certeza lleva al obsesivo a preocuparse por los mínimos detalles, a validar cada posibilidad de error antes de tomar una decisión y, en esencia, a dudar sobre todo de un modo a menudo torturante y continuo. Al momento de decidir, el obsesivo tiende a esperar hasta el último momento para asegurarse, a través de controles y recontroles, de haber decidido bien. El tiempo se transforma en un enemigo que no concede muchas prórrogas. Se puede intentar no pensar en él (un paciente se quitaba el reloj al momento de decidir el programa del día), o prolongarlo (otro paciente atrasaba el reloj, para crearse la impresión de tener más tiempo, de otro modo no lograba comenzar ninguna actividad) y se termina por no considerar su paso real.

El obsesivo se encuentra, a menudo, en la imposibilidad de concluir un proyecto, debido al poco tiempo que le queda y se siente forzado por las circunstancias al hacer una opción. Cada

decisión, pequeña o grande, raramente le procura placer o satisfacción. Las situaciones de opción terminan por aumentar la ansiedad y dejan al obsesivo firmemente convencido de que debería ser más perfecto.

En las situaciones de descompensación, que derivan de encontrarse frente a decisiones importantes, como la de cambiar su lugar de trabajo, o de interrumpir una relación afectiva, la representación simultánea de los pro y los contra y la búsqueda de la perfección, transforman el problema en algo prácticamente insoluble. La duda tiende a ser, en estos casos, el elemento presente en **toda actividad** y termina por provocar la evitación o el alejamiento de la difícil decisión.

Una paciente con organización obsesiva se encontraba frente a la decisión de aceptar su situación matrimonial. No existía ni el mas mínimo acuerdo con su marido, pero la paciente estaba bloqueada por la culpa hacia el hijo y los padres, y por el pecado hacia su religión. Comenzó a poner en acción una serie de evitamientos por algunos objetos de la casa, los que mantenía sucios, y a someterse a prolongados lavados, cuando tenía la duda de haberlos tocado. La duda tenía que ver también con sus percepciones, y por lo tanto el marido, debía seguirla para confirmarle que no había tocado los objetos "contaminados" o que se había lavado de modo perfecto y completo. La duda puede extenderse a cada comportamiento y elección hasta constreñir, en el caso de una grave descompensación de la organización obsesiva, a permanecer inmóvil y pasivo para evitar tomar decisiones que provocarían posteriores dudas, conduciendo a interminables controles. La búsqueda de la certeza es tan desesperada que se termina por confiarse a rituales mágicos, residuos filogenéticos primitivos, con el fin de conferir omnipotencia al propio pensamiento, de controlar los eventos y prevenir inseguridades y problemas futuros. Obviamente los rituales obsesivos -- el llamado "psiquismo de defensa" -- tienen efectos muy limitados en el tiempo y constituyen posteriores fuentes de duda, ante el temor de no haberlos seguido de manera correcta. Tienden, de esta manera, a hacerse repetitivos, constituyendo un bloqueo posterior a la propia actividad.

1.3.2. La perfección

Otro requerimiento que hace difícil la modulación de las fluctuaciones emotivas, en el caso de una organización obsesiva, es el de responder perfectamente a los roles social y moralmente justos y precisos. La idea de que existen roles "justos" a los cuales es necesario adherir, torna inicialmente difícil la capacidad de identificarlos, y por consiguiente, provocan una continua sensación de insuficiencia. Puede ser que, por ejemplo, el nacimiento de un hijo, hacia el cual el padre con organización obsesiva, debe experimentar siempre y solamente un amor absoluto, el que provoque la descompensación.

Los problemas que un recién nacido impone, interrumpen momentáneamente la alegría de su presencia. El intento de esconderse a sí mismo los sentimientos de rabia, que pertenecen al "mal padre", puede provocar en una organización de tipo obsesivo, temor a la pérdida del control, con pensamientos indeseables, que no se logran bloquear, de dañar al niño, o de eliminarlo de alguna manera. La imagen de sí mismo, es siempre y de todas maneras,

insuficiente, porque es comparada con el perfecto "sí mismo ideal". La necesidad de mantener una rígida congruencia, determina requerimientos extremos de esfuerzo y atención, para evitar o corregir, los errores siempre posibles.

"El sí mismo actual, como Makhoul-Norris y Norris (1972) han destacado, esta representado por el opuesto del sí mismo ideal. Los aspectos opuestos de la imagen de sí mismo, propuestos por el conocimiento tácito, son constantemente integrados, a través de una rígida actitud hacia sí mismo, en una fija y única identidad personal del presente y en otra identidad rigurosamente definida, que debe ser lograda en el futuro" (Guidano y Liotti, 1983, p.263). Las descompensaciones son más probables en el momento en que no se logra mantener alejado "el otro sí mismo", el cual pone excesivamente en discusión la propia imagen. No se acepta como característica personal, la presencia simultanea de dos modelos opuestos, que podrían unirse en una eventual convivencia, como lo propone H. Hesse, o ser utilizados en la búsqueda de alternativas intermedias.

1.3.3. El control de las emociones: características psicofisiológicas

Uno de los sectores que contribuyen al mantenimiento de la coherencia en la organización obsesiva, es el control de las emociones. Todas las emociones deben ser contenidas, dado que, según la actitud obsesiva, ellas siguen las reglas del todo o nada, y por lo tanto, si no fueran controladas, explotarían de manera inconsulta. Dejarse ir constituye un gran problema para el obsesivo: la rabia y la agresividad se evitan, porque pertenecen al sí mismo maligno; la ternura o las expresiones de afecto se deben sofocar, porque pueden llevar a involucramientos excesivos e inconvenientes.

Un paciente obsesivo recordó, durante la terapia, que al nacer su hija tuvo su primera descompensación, porque la sensación irrefrenable de alegría y de afecto, que no lograba bloquear, le hizo temer una inclinación hacia la atracción sexual. Otro paciente, que presentaba problemas obsesivos con sensaciones de contaminación y suciedad ligadas a las relaciones sexuales, al momento de tener una relación con su propia novia, temía que dejarse ir excesivamente, lo conmocionara al punto de impedirle realizar sus actividades profesionales.

Los medios, por los cuales se canalizan las reacciones emocionales espontáneas, más o menos moderadas, son para el obsesivo imposibles de utilizar: todo debe permanecer bajo un constante control. En los pacientes con organización obsesiva, observados bajo un perfil neurofisiológico, se evidencia, durante el intento de relajación muscular con biofeedback, una reacción característica de alarma, con brusca disminución de la temperatura corporal. Es como si se opusieran a la experiencia sensorial de relajación, con un esquema neurovegetativo de vasoconstricción, que bloquea las sensaciones agradables de calor e impide la búsqueda de contacto físico (Blanco y Reda, 1984). A este mecanismo se le agrega una sudoración intensa como reacción paradójica, en el momento de evitación de situaciones ansiógenas o de objetos "contaminados". La sensación desagradable de suciedad a nivel epidérmico provoca rituales de lavados por la exigencia del orden y la limpieza.

En resumen, el obsesivo, "no acepta las respuestas emotivas como un ingrediente natural de la vida. Cuando ocurren, son justificadas por las mismas racionalizaciones que las hacen aparecer como lógicas y razonables" (Salzman, 1973, p.63). La constante actitud de control hace que el obsesivo muestre una cierta pobreza expresiva y emotiva. En realidad, esconde intensas emociones que se manifiestan, a veces, bajo la forma de tic o de movimientos estereotipados. Las descompensaciones ocurren en el momento en que no se logra evitar sensaciones intensas. En tales casos los evitamientos, los rituales mágicos o las hiperracionalizaciones, tan rígidas que asumen características casi delirantes, son intentos desesperados de retomar el control, requerido por la propia organización.