

PSICOLOGIA PARA NO PSICOLOGOS: Un tours para dos por el manual de psiquiatria ...Vale la pena leerlo hasta el final, a ver si te encuentras?

Partimos de la hipotesis de que cuando una pareja se vincula , dan forma a una manifestacion inconciente dferenciada de sus inconcientes individuales (similar al inconciente familiar o institucional que surge mas alla de los inconcientes de las personas que lo forman)

Recorreremos algunas de la instancias principales del DSM (manual de los trastorno mentales) , haciendo analogia a ciertos diagnosticos de pareja. Quiero destacar que "Asuntos de pareja" es el dominio de la vida que las personas refieren en mayor proporcion como dificil y no resuelto.

Es decir, el 80 % de las personas manifiestan insatisfaccion con su situacion de pareja (y excluymos del 20 % a quienes transitan el enamoramiento de los primeros y embelesados 6 meses donde la ceguera propia del momento nos impide analizar nada objetivamente).Observe a su alrededor (excluyendo a quienes estan en etapa de enamoramiento)....cuantas parejas estables y felices conoce??? conoce de verdad....las fotos acarameladas de facebook no cuentan como parametro!!

Si el fracaso (o malestar) de las cuestiones de pareja aqueja al 80 % de nuestras parejas..es momento de revisar nuestros recursos como sociedad y como profesionales de lo que ofercemos en relacion al tema.

Este breve articulo recorre las principales categorias de salud mental individual y las aplica a diagnosticos de pareja.

PAREJAS PSICOTICAS-LOCURA COMPARTIDA

"Los trastornos psicóticos son trastornos mentales graves que causan ideas y percepciones anormales. Las personas con psicosis pierden el contacto con la realidad. Dos de los síntomas principales son delirios y alucinaciones. Los delirios son falsas creencias, tales como la idea de que alguien está en su contra o que la televisión les envía mensajes secretos. Las alucinaciones son percepciones falsas, como escuchar, ver o sentir algo que no existe."

El objetivo de este articulo es reflexionar sobre las conductas que se disparan en determinadas personas , con determinadas parejas (tal es asi..que con otras parejas anteriores o posteriores jamas se movieron de esa manera)

Conocen alguna pareja QUE ENLOQUECE ? Individualmente se mueven dentro de para metros "normales" pero su accionar se desata de una manera fuera de la realidad exclusivamente cuando se juntan..y ni siquiera con todos los temas..algo asi como lo que conocemos como "delirio encapsulado"

Un caso clinico

Julieta y Gustavo llevan 15 años juntos...desde una adolescencia tardia donde se conocieron dentro de un grupo de amigos, se enamoraron y decidieron construir una vida juntos. Son profesionales, trabajan cada uno en empresas de mediana embergadura y tienen 3 hijos.

Nada harai presuponer algo del orden del delirio..salvo que hablemos de la familia politica de ella...es decir de la familia de origen de él...En ese tema surge toda una serie de fanatismos delirantes..fantasias de complot, pensamiento magico..la comida que manda la suegra se tira, la ropa que compra la cuñada para los chicos" se regala sin tocarla", la casa se limpia con ruda en las raras ocasiones en que ellos los visitan..y cualquier percance que le suceda a nuestros protagonistas (de esos..de la vida misma..) son atribuidos a la mala vibra emanada de estas dos familiares devenidas en brujas.

La pareja (y en menor grado incluyendo a los hijos) se trastorna, se psicotiza cuando hablan de ese tema...Pierden toda objetividad (esa, que les permite surfear con las contingencias de sus trabajos , la escuela de los hijos y los vaivenes de la economía Argentina), entran en un complejo delirio infnartil acerca de buenos y malos, donde las "otras" (suegra y cuñada) estan dotadas de increíbles dotes mágicos y parecen dedicar sus vidas a destruirlos.Cualquier parametro de objetividad se ha perdido.

Sera que nuestros protagonistas necesitan un enemigo comun para mantenerese unidos? Son las diferencias economico/culturales que han dado origen a esta compleja trama alucinatoria como forma de desvalorización de los modos paternos y este mecanismo garantiza la predominancia absoluta de la familia materna al demonizar a la familia paterna?

Mas alla de los motivos subyacentes que llevan a esta pareja a establecer este mecanismo inconciente, el mismo es solido e impenetrable, como el delirio comun de la psicosis, y reporta las mismas condiciones diagnósticas y dificultades de abordaje, todo intento de constratacion con la realidad es desestimado.

Obviamente, el tema del delirio puede variar.

PAREJAS AUTISTAS-NADIE PENETRA EL BUNKER

"El autismo daña la capacidad de una persona para comunicarse y relacionarse con otros. Es un trastorno que se caracteriza por la intensa concentración de una persona en su propio mundo interior y la progresiva pérdida de contacto con la realidad exterior"

Quién no conoce alguna pareja/familia que no se vincula con el exterior? Nadie visita su casa salvo en contadisimas ocasiones. Cumplen sus rutinas laborales/escolares con regularidad pero cierran sus puertas a compartir tiempo libre con otras familias.

No tienen amigos, no son personas particularmente conflictivas ...solo se aíslan. Sus festejos, vacaciones, dolores y problemas de verdad transcurren en el intimo secreto del bunker.

Si se los analiza aisladamente...cada uno vincula aparentemente bien con compañeros de trabajo, facultad o del club...en realidad todos estos contactos son superficiales...pero como pareja nunca comparten espacios ni tiempos con otros...no saben hacerlo, los incomoda, lo viven como un desafio y terminan peleando entre ellos...por lo tanto vueleven al bunker con el intimo juramento (a veces implicito) de no salir del cascaron.

PAREJAS BIPOLARES."TODOS LOS SABADOS BRONCA Y DESPEDIDA...TODOS LOS LUNES, RECONCILIACION..."

"El trastorno bipolar se caracteriza por la presencia de periodos de un estado de ánimo anormalmente elevado (manía) alternados con otros de periodos de estado de ánimo anormalmente bajo (depresión)"

Todas las parejas registran etapas donde se sienten mas unidas, mas amorosas, mas erotizadas, mas alegres de estar juntos y otros periodos en donde conversan menos, la relacion se enfria y se plantea una distancia mas o menos pasajera.Podriamos equiparar estos movimientos con las oscilaciones normales del estado de animo de los individuos, que son registrados pero no provocan alteraciones en al vida cotidiana de la persona.

En este articulo nos referimos a las PAREJAS BIPOLARES, que, a similitud de las personas individuales, sus cambios son tan bruscos y disruptivos que los llevan a tomar decisiones en un punto y otro del estado animico (deciden casarse cada vez que se arreglan, deciden engañarse cada vez que se pelean)

Un caso clinico

Andrea llega con Roberto a terapia como parafraseando a Fito Paez ..."venimos a consulta

porque somos un cachivache...todos los fines de semana terminamos peleando...el hace sus valijas...sale a buscar departamento para alquilar...entonces nos damos cuenta que no podemos vivir el uno sin el otro...y se vuelve a mudar conmigo.A veces , en el interin, le damos la noticia de nuestra separacion a nuestros hijos y amigos, ha llegado a señalar departamento...y ya me da verguenza repetir este circuito"

Lo interesante del caso es que Andrea no es una persona inestable en ningun orden de su vida: trabaja hace 9 años en la misma empresa, conserva sus amigos de toda la vida, ha completado una carrera universitaria y tal vez por eso le resulta ajena esta modalidad disruptiva.

En este caso podriamos pensar que es el modo individual inestable de Roberto el que proyecta su sombra, arrastrando a Andrea a un modelo de vincularse que configura la relacion de pareja, pero que indudablemente convoca aspecto mas ocultos de ella, que se suma a configurar esa dinamica

PAREJAS FACTICIAS, SOMATOMORFAS O DE SIMULACION. VIVIR UN "COMO SI"

"Los trastornos facticios se caracterizan por síntomas fingidos o producidos intencionadamente, con el fin de asumir el papel de enfermo. Debe reseñarse que la presencia de síntomas facticios no excluye la coexistencia de síntomas físicos o psicológicos verdaderos. Los trastornos facticios son distinguibles de los actos de simulación. En la simulación el «paciente» también produce los síntomas de modo intencionado, pero su objetivo es fácilmente reconocible cuando se conocen sus circunstancias.

Por ejemplo, la producción de síntomas de manera intencionada para evitar una vista judicial o la incorporación al Servicio Militar. De manera semejante, un enfermo mental hospitalizado puede simular la agravación de su enfermedad para evitar su traslado a otra institución menos deseable, produciendo así un acto de simulación. En cambio, en el trastorno facticio existe una necesidad psicológica de asumir el papel de enfermo, tal como se pone de manifiesto por la ausencia de incentivos externos para tal comportamiento. Los trastornos somaticos (o somatomorfos) se diagnostican ante la presencia fisica de sintomas sin explicacion medica , que provocan serio malestar al paciente , quiene está convencido de que lo aqueja una enfermedad (no finge)"

Un debate grupal:AMANTES, PAREJAS, NOVIOS, AMIGOS CON DERECHO, UNION DE ECHO, SEPARADOS EN LA MISMA CASA, TOUCH AND GO, CHONGOS y OTRAS YERBAS

Mas allá de la ensalada linguistica y el eterno renombramiento a las estructuras de siempre, quiero poner énfasis en las vinculaciones amorosas "como si"

Caso clínico 1

Giselle (37 años) es docente. Rubia, delgada, dinamica, un poco ingenua. Tiene 2 hijos de su primer matrimonio y consulta por "problemas de pareja".

Desarrolla con detalle las dificultades de comunicacion con su "pareja", Alberto (docente también)

Casi al final de la sesión, pido los datos de Alberto y ella se niega diciendome que "él es casado"...vive con su hijo y su esposa, que también trabaja en la misma escuela.

Giselle y Alberto se ven a escondidas 1 vez por semana, a veces los encuentros son sexuales y a veces no (esta presencia de encuentros no sexuales llevan a Giselle a pensar que su relación adquiere la categoria de pareja).

Casi al final de la sesion, se plantea un nuevo comienzo: Ah! entonces con Alberto son amantes...Giselle explota en llanto...no se banca el concepto de "amantes". Una pareja "en

simulación" donde el motivo de porque simular es claro (Alberto no pretende dejar su matrimonio por esta aventura y todos los problemas de comunciación surgen alrededor de este unico tema)

Obviamente, Alberto le jura sobre 4 biblias que no tiene relaciones sexuales con su esposa, a la cual seguramente le jura por 5 coranes que no deseaba otra mujer que no fuera ella.

Giselle lloro 5 dias cuando asumio que ella tenia "un amante" y no un novio, pero internalizar esta situacion la llevo a tomar decisiones importantes para su vida.

Caso clinico 2.

Vanesa y Ricardo llevan 15 años de matrimonio. Novios desde el secundario, ambos siguen facultad de medicina, ella dejo la facultad cuando queda embarazada y deciden que El completara los estudios para bienestar de ambos (y de su hija)

Comparten un gran esfuerzo economico, él se recibe, con un hipotecario compran su ansiada casa propia..y la vida los encuentra a los 40 con una hija ya adolescente y otro hijo menor buscado en una reconciliacion. El no duerme en casa 3 noches por semana porque tiene guardia y ella ahoga su frustracion en hidratos de carbono que la hacen lucir 15 años más gastada.

Hace como 4 años que no tienen sexo. El resistió la tentación de enfermeras y colegas los primeros años...y luego sucumbio con excusas baratas del tipo "encuentro afuera lo que no me dan en casa".

Vanesa no se ha quedado atras. Cuando su instinto de mujer le hizo saber que él la engañaba, lloro poco, no dijo nada y actuo pronto: siempre hay algún remisero predispueto a colaborar con la venganza aunque se tengan 15 kilitos de mas.

Pareja facticia o somatoforme? Es decir...saben que ya no son más que una sociedad fingiendo ser una pareja y lo niegan al mundo porque los hijos los mantienen juntos?

O no se han dado cuenta que ya se no aman? O el echo de que no compartan la sexualidad no es el indicador determinante y su habilidad para coordinar acciones exitosamente en otros ordenes de la vida puede ser suficiente para legitimar su vinculo y poder hablar de amor?

Igual que en las sitauciones con individuos, los diagnosticos de pareja de este item son sumamente complejos, y nunca se ha dicho la ultima palabra.

Para finalizar, ilustro con un caso clinico que juro que es cierto.

Caso clinico. El del final

Alicia y Rodolfo consultan por terapia de pareja. Estan casados en segundas nupcias...con ellos mismos.

Fueron novios en el colegio, se casaron a los 18 cuando ella quedo embarazada, se separaron a los 28 cuando el fue infiel, se divorciaron a los 32 cuando ella quiso volver a "hacer su vida" y...se siguieron viendo a escondidas en hoteles todos esos años....hasta que un nuevo embarazo los hizo tomar la veloz decision de volverse a juntar... Alicia se divorcio ahora para casarse con Rodolfo que ya iba por su tercer fracaso amoroso post matrimonio.

Trastorno de control de los impulsos? ("Acciones irresistibles: El sujeto no puede resistirse al impulso o tentación de llevar a cabo acciones, aunque sean peligrosas para él o los demás.

Antes de llevar a cabo la acción hay un aumento de la tensión emocional .Durante la acción: Sensación placentera, liberadora.Tras la acción pueden arrepentirse o sentirse culpables.)

Cabe señalar, una vez más, que Alicia y Rodolfo no muestran conductas impulsivas en el resto de su vida: no son ludopatas ni acumuladores, ni se arrancan los pelos ni las uñas, ni ninguna de las conductas usuales de esta categoría.

Cuando se juntan se activa algo que ya ha trascendido ampliamente la calentura inicial que los ligara en el enamoramiento (llevan 15 años entre idas y vueltas)

Que es entonces una pareja sana?

Volvamos a nuestra analogía con la salud mental individual enunciada por la OMS. La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Sería algo así como una modalidad vincular que, en el balance de la vida, se producen mutuamente más placer que displacer, que pueden crecer en los distintos ámbitos individuales y son capaces de contribuir de algún modo a su entorno.

"Nadie digo que sería fácil"

Lic. María Inés Álvarez

Psicóloga-UBA