

El duelo y la transformación de las relaciones de objeto

Publicado en la revista nº016

Autores: Garriga, Concepció - Baker, J.E.

Artículo: John E. Baker, “**El Duelo y la Transformación de las Relaciones de Objeto. Evidencia de la Persistencia de Apegos Internos**” Título original: “Mourning and the Transformation of Object Relationships. Evidence for the Persistence of Internal Attachments” aparecido en *Psychoanalytic Psychology* 2001, Vol. 18, No. 1, 55-73

El autor: John E. Baker, PhD, es miembro del Departamento de Psiquiatría de la Harvard Medical School y del Cambridge Hospital, en Cambridge, Massachussets, USA.

Se le puede dirigir correspondencia a 68 Leonard St. Belmont, Massachussets 02478 y al e-mail: jebaker29@mindspring.com.

Resumen (*): El psicoanálisis, desde Freud hasta el presente, ha definido que el fin del duelo es el desapego de los lazos libidinales del objeto de amor fallecido. El autor ha revisado la literatura reciente, clínica y empírica, que pone en duda esta suposición, mostrando que muchas personas afligidas mantienen una relación interna continuada con el objeto perdido. Estos datos hacen pensar en la necesidad de reconceptualizar los cambios que tienen lugar en las relaciones de objeto durante el proceso de duelo. Se ha entendido el duelo como un proceso de transformación del mundo interno de la persona que está en duelo, que afecta tanto a sus imágenes del *self* como a las del objeto. Implica no el rompimiento de un vínculo de objeto, sino la transformación de ese apego en una presencia interna sostenedora, que opera como un componente continuo del mundo interno de la persona.

Muchos psicoanalistas han estudiado el duelo. Sigmund Freud (1917/1957), con “Duelo y Melancolía”, fue el primero en elaborar una teoría del duelo clara y sólida. Afirmaba que el sufrimiento de la persona en duelo es debido a su apego interno con la fallecida. En este trabajo Freud también sostenía el objetivo del duelo es separar estos sentimientos y apegos del objeto perdido. Como resultado de un proceso de duelo el yo queda liberado de sus antiguos apegos y disponible para vincularse de nuevo con otra persona viva.

Aunque este aspecto del “desapego” de la teoría ha sido cuestionado por evidencias clínicas y empíricas. Bowlby (1980) llegó a la conclusión que se podía encontrar un sentido continuo de la presencia de la persona fallecida después de su muerte en numerosas personas sanas. Hay muchos analistas que admiten, en contextos informales, que la manera como hacen el duelo sus pacientes no coincide con la descripción de la teoría del desapego; consideran que ésta no es una descripción completa ni precisa. Además de los trabajos de Pincus (1974), Silverman y Silverman (1979), Rubin (1984, 1985), Klass, Silverman & Nickman (1996) y Shuchter (1986) en esta dirección.

Este artículo se refiere únicamente al fenómeno del duelo posterior a la muerte de un objeto de amor querido.

Duelo y melancolía

En primer lugar Baker discute la visión de Freud (1917/1957) para, posteriormente, proponer que, a diferencia de la tesis de Freud en que describía la identificación como un resultado patológico de la pérdida, el proceso de identificación tiene relevancia para el duelo.

El proceso de identificación y su relevancia en el duelo

En el artículo se revisa la literatura sobre identificación, en particular la evolución del pensamiento de Freud, y el autor llega a la conclusión que Freud no tomó en consideración las identificaciones que podían tener lugar después de una muerte.

Para una profundización sobre las elaboraciones posteriores alrededor de la identificación Baker dirige al lector a Loewald (1962) y Furman (1974), aunque él cree que después de Freud no se ha dirigido suficiente atención al destino de las representaciones de objeto después de una muerte, sino que normalmente cuando se ha encontrado un apego continuado al objeto perdido más bien se ha considerado un duelo irresuelto.

Otras contribuciones psicoanalíticas

Baker revisa las aportaciones de diversos autores que han trabajado sobre los efectos a largo plazo del duelo no resuelto durante la infancia (Deutsch, 1973, Fleming & Altschul, 1963 y Jacobson, 1971). Se detiene en Wolfenstein (1966, 1973) que ha presentado casos de chicos que mantenían fantasías persistentes de que su padre/madre estaba todavía vivo/a en algún lugar y que algún día volvería, y expone su conclusión de “que los niños no pueden hacer el duelo por la pérdida de un progenitor hasta que se no hayan separado adecuadamente de sus padres durante la adolescencia”. También cita a Furman (1974) quien sostiene que los niños/as tienen una buena capacidad para hacer el duelo.

Según Baker hay pocos analistas que hayan descrito los procesos de duelo normales, no patológicos (Pollock, 1978, Siggins, 1966). Cita a Horowitz (1990) como el autor que, a su entender, ha desarrollado el marco de estudio más elaborado para los cambios que tienen lugar con posterioridad a la muerte de un objeto de amor. En este trabajo Horowitz describe de que manera los “esquemas” de la persona que hace el duelo respecto a sus relaciones importantes entran en conflicto, después de la muerte de un ser querido, mostrando como, a pesar de que la persona se quiere agarrar a los viejos esquemas en que la persona amada estaba viva, se tiene que conformar con que se ha ido y ya no está disponible.

Según Horowitz (1990) durante el duelo tiene lugar “un proceso de “elaboración” en que los esquemas de la persona acerca del *self* y del otro se alinean con las exigencias de la realidad, y la persona puede aceptar una nueva imagen de si misma que es una visión precisa de su situación presente. Además, “se desarrolla un papel de relación nuevo y duradero en que el *self* se relaciona con la persona del pasado, pero no del presente o del futuro, excepto en los recuerdos” (Horowitz, 1990, pg. 317)” (pg.59). Esta visión no contempla la posibilidad de un vínculo estable con la persona que ha muerto.

Teoría de las relaciones objetales

En este apartado, Baker desarrolla la visión del duelo de Klein. Dice que Klein (1940/1975b) concebía el duelo como un proceso de “reparación”, en el sentido que es más que un simple restablecimiento del estado previo de equilibrio interno, en el que se ha enriquecido la personalidad al ganar una mejor habilidad para apreciar a otras personas y a otras experiencias de la vida. En esta visión, se produce “una profundización de la relación de la persona con sus objetos internos” en la que ésta percibe un aumento de confianza y un mayor aprecio en esos objetos, puesto que se conservan y han “demostrado ser buenos y útiles después de todo” (pg. 360).

Baker entiende el modelo de Klein como que la persona afligida no quiere soltar algo del pasado y lucha para agarrarse a ello. Esta idea va a permitir una reconceptualización más amplia de las relaciones de objeto después de la pérdida.

Teoría del apego y desarrollos relacionados

En este apartado el autor se centra en el trabajo de Bowlby (1980) en el que observó que parece que tanto los adultos como los niños tienen pensamientos y fantasías continuados acerca del objeto de amor fallecido hasta mucho después de que haya muerto. En este estudio Bowlby concluyó que una sensación permanente de la presencia de la persona muerta no es patológica sino que forma parte del proceso de duelo normal. También definió dos modalidades de duelo patológico: el duelo crónico y su opuesto, una ausencia permanente de pena. El trabajo posterior de Bowlby (1988) con su teoría del apego y la pérdida condujo a una perspectiva teórica más amplia en la que enfatiza la importancia de los apegos íntimos a lo largo de la vida. Lo mismo que sostiene Bleichmar (1997), al considerar el apego uno de los cuatro sistemas motivacionales básicos, junto con el sensual-sexual, el narcisista y el de evitación del displacer-dolor (pg. 322), que constituyen el fundamento de su “modelo modular-transformacional” de entender a las personas, sus configuraciones específicas y, en consecuencia, de pensar en las intervenciones terapéuticas específicas más idóneas.

Literatura empírica sobre la relación interna

Baker proporciona datos de estudios empíricos basados en grupos no seleccionados de adultos y niños afligidos, cosa que no sucede con la mayor parte de la literatura psicoanalítica, que se basa en la experiencia clínica de pacientes de psicoterapia o psicoanálisis de adultos o niños. Estos estudios empíricos examinan el legado intrapsíquico del duelo.

Uno de estos trabajos es el de Shuchter (1986) y Zisook & Shuchter (1986) en el que estudiaron a 70 viudos y viudas a los que siguieron a lo largo de 4 años. Los datos mostraron que un porcentaje significativo de estas personas afligidas desarrollaban distintas maneras de continuar sus vínculos con sus esposos: con sueños o recuerdos diurnos, con el mantenimiento de objetos personales, emulando algunas conductas o rasgos de la persona fallecida, o bien experimentando algún tipo de contacto estable con la persona ausente.

Este contacto estable consistía en sentir la presencia del finado de alguna manera. Fuera que la persona afligida percibiera que la fallecida intentaba comunicarles algo, o bien que sintiera que había influido positivamente o que la había protegido de alguna manera en su vida. Muchos de los viudos y de las viudas también intentaban comunicarse con los fallecidos.

Para Baker las conclusiones de Shuchter (1986) de que “la tarea del duelo no consiste en la deatectización del cónyuge muerto sino en el establecimiento de una forma de relación continuada que satisfaga tanto la necesidad emocional del afligido de mantener sus vínculos como que permita expresar la pena y que la vida continúe” (pg. 319) son esclarecedoras.

Baker cita un estudio de Silverman & Worden (1992) en que entrevistaban a 125 niños y niñas de 6 a 17 años a los 4 meses y al año de la muerte de un progenitor. Relata que los investigadores se interesaron particularmente por la manera como los niños permanecían conectados con el progenitor muerto, y que descubrieron que la mayoría de ellos mantenían una conexión con el progenitor fallecido mediante sueños, mediante recuerdos diurnos, y por medio de la conservación de sus objetos personales (Silverman, Nickman & Worden, 1992). Estos autores encontraron que el 81% de los niños/as se sentían observados desde el cielo por el progenitor fallecido; y que más de la mitad mantenían conversaciones mentales con el progenitor fallecido. Esta observación les llevó a concluir que es adaptativo que los niños afligidos mantengan una conexión interna con el progenitor muerto. En un estudio posterior, Normand, Silverman & Nickman (1996) se preguntaron si las relaciones internas se prolongaban por más de dos años y si con el tiempo cambiaban. Baker recoge los 4 tipos de vínculos que conceptualizaron: “a) la persona muerta como un fantasma, cuya presencia asustaba y estaba fuera del control del niño/a, b) recuerdos del/la fallecido/a como reminiscencias sin ningún tipo de comunicación emocional con la persona, c) mantenimiento de una relación “interactiva” con el/la fallecido/a mediante un modo de hablarles, compartir sentimientos y acontecimientos, y rezarles, y d) transformándose en un legado vivo mediante la internalización de los valores del progenitor, o los comportamientos característicos, como una manera de permanecer conectados con ellos” (pg. 64).

Rango normal de duelo y la cuestión de la patología

En este apartado el autor, después de evaluar los aspectos normales del duelo, acaba preguntándose qué es lo que hace que un número significativo de personas manifieste mantener relaciones internas continuadas, mientras otras no lo hacen.

También se preguntaba de qué maneras distintas mantenían esta conexión interna con el /la fallecido/a. Encontró que podía haber distintos tipos de internalizaciones en función de diferencias en el desarrollo, tal como se ve en los adultos a diferencia de los niños/as. En ellos, su dependencia real del objeto parental perdido es de una naturaleza más profunda que la de un adulto (Baker, Sydney & Gross, 1992) Finalmente, quería distinguir, con posterioridad a una pérdida, una relación interna sana de una alterada o patológica.

Para poder hacer adecuadamente esta distinción hay que tener en cuenta en primer

lugar hay muchas variaciones que se pueden considerar normales en la manera de vivir la pena. El primer criterio evaluativo es cuantitativo: el grado en que la persona afligida está preocupada con imágenes y recuerdos de la fallecida. La persona que hace el duelo no debería estar ni constantemente preocupada con recuerdos y fantasía acerca del/la fallecido/a, ni estar en el polo opuesto, es decir, no tener ningún contacto con estas imágenes internas, transcurrido un periodo inicial de 6-12 meses. Otra dimensión del duelo sano hace referencia a las cualidades afectivas de las imágenes y representaciones internas. Se considera normal que las representaciones tengan una mezcla realista de cualidades positivas y negativas, que reflejen en parte a la persona real que ha muerto. Puede indicar patología la presencia de recuerdos exclusivamente positivos (idealizados) o exclusivamente negativos (devaluados) (Rubin, 1984). Un tercer criterio evaluativo podría ser la manera como la persona experimenta los recuerdos de la fallecida. Una indicación de patología sería que los recuerdos continuaran siendo intrusivos, súbitos y disfóricos con posterioridad a estos 6-12 meses.

Rubin (1984) describió los recuerdos sanos como aquellos que están disponibles y que habitualmente no se encuentran reprimidos o encerrados, y que no evocan una sensación de disforia o amenaza sino de bienestar. La persona en duelo tiene algún tipo de control el acceso a sus recuerdos. Otro aspecto del duelo sano es que los recuerdos estén abiertos al cambio y que no estén de alguna manera aislados o solidificados.

La transformación de las relaciones de objeto en el duelo

En este apartado Baker empieza afirmando que con este artículo lo que pretendía era conceptualizar el duelo como un proceso de transformación en vez de como un proceso de desapego. Explica que el proceso de transformación interna al que se refiere, afecta tanto a las imágenes del mundo interno del *self* como del objeto de la persona que está en duelo.

Baker considera que la transformación de las relaciones de objeto requiere un proceso de separación-individuación en que ciertos aspectos del *self* tienen que desligarse de la imagen objeto.

Este proceso puede producir distintos efectos. Habitualmente se da un cambio en la autoimagen resultado de las identificaciones con ciertas cualidades de la persona fallecida que son internalizadas como identificaciones del superyo o del yo ideal (ver Loewald, 1962; Meissner, 1981; Schafer, 1968). También se transforma la relación interna con el objeto de amor fallecido, en el sentido que la persona afligida tiene que reevaluar tanto su propio papel en la relación como el de su pareja (Horowitz, 1990).

Esta relación de objeto interna creada de nuevo con la persona fallecida tiene características importantes: a) las cualidades de relación de objeto de amor y cuidado, a las que la persona afligida puede tener acceso en momentos de estrés, que proporcionan el mismo sostén y seguridad emocional que proporcionaba la fallecida (Klass, 1988). Hay un aspecto de "resolución de problemas" que puede ser preservado internamente. Algunos/as viudos/as refieren que les ayuda "hablar" de un determinado problema o situación en su mente, imaginando el papel que jugaría el/la fallecido/a (Shuchter, 1986). Un tercer resultado es el mantenimiento de las cualidades de identidad de la relación. Estas personas utilizan las relaciones internas no sólo para

disminuir sus sentimientos de soledad, sino también para clarificar sus pensamientos y definir sus propios deseos, necesidades y sentimientos. Utilizan la relación interna para definir y mantener su sentido de identidad del *self*.

Los objetos interiorizados permiten a los/las niños/as funcionar independientemente de sus figuras cuidadoras, en el desarrollo normal. Las personas que hacen el duelo pueden funcionar mejor por sí mismas a pesar de la ausencia física permanente de la persona que ha muerto. Cuando el duelo es sano, hay algunas funciones del objeto interno que son sustituidas gradualmente por nuevas relaciones con nuevos objetos del mundo externo, aunque también hay aspectos de la relación interna con el/la fallecido/a que quedan intactos.

Baker sostiene que puede coexistir una relación interna continuada con el desarrollo de nuevas relaciones de objeto. Y que justamente este es el aspecto que debe ser reconocido y mejor comprendido; el de la coexistencia de apegos internos de la persona en duelo con el establecimiento de nuevos apegos, incluso mucho después de la muerte del objeto amado,

Baker termina haciendo un comentario muy pertinente sobre la contratransferencia y los valores, en el sentido que una visión del duelo que incluya un apego persistente al objeto de amor fallecido tiene muchas implicaciones para la dirección de una psicoterapia o un psicoanálisis. Afirma que el/la analista que trabaje a partir del modelo de duelo clásico del desapego puede tener dificultades para empalmar un/a paciente cuya manera de preservar la estabilidad interna sea mediante la reconstrucción del apego interno con el objeto de amor fallecido.

Bibliografía (1)

Baker, J. E., Sydney, M. A., & Gross, E. (1992). Psychological tasks for bereaved children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 62, 105-116.

Bleichmar, H. (1997). *Avances en psicoterapia psicoanalítica*. Barcelona: Paidós.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Volume 3: Loss*. New York Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human Development*. New York: Basic Books.

Deutsch, H. (1937). Absence of grief. *Psychoanalytic Quarterly*, 6, 12-22.

Fleming, J., & Altschul, S. (1963). Activation of mourning and growth by Psychoanalysis. *International Journal of Psycho-Analysis*, 44, 419-431.

Freud, S. (1957). Mourning and Melancholia. In J. Strachey (ed. And Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund*

- Freud (Vol. 14, pp. 243-258) London: Hogarth Press. (Original published 1917).
- Furman, E. (1974). *A child's parent dies: Studies in childhood bereavement*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Horowitz, M. J. (1990) A model of mourning: Change in schemas of self and other. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 38, 297-324.
- Jacobson, E. (1971). A special response to early object loss. In *Depression* (pp.185-203). New York: International Universities Press.
- Klass, D., Silverman, P.R., & Nickman, S. L. (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Klein, M. (1975b). Mourning and its relation to manic-depressive states. In *Love guilt and reparation and other works, 1921-1945* (pp. 344-369). New York: Delacorte/Seymour Laurence. (Original work published 1940).
- Loewald, H. (1962). Internalization, separation, mourning, and the superego. *Psychoanalytic Quarterly*, 31, 483-504.
- Meissner, W. (1981). *Internalization in Psychoanalysis*. New York: International Universities Press.
- Normand, C. L., Silverman, P. R., & Nickman, S. L. (1996). Bereaved Children's changing relationships with the deceased. In D. Klass, P. R. Silverman, & S. L. Nickman (Eds.), *Continuing bonds* (pp. 87-11). Washington DC: Taylor & Francis.
- Pincus, L. (1974). *Death and the family*. New York: Pantheon.
- Pollock, G. (1978). Process and affect: Mourning and grief. *International Journal of Psycho-Analysis*, 59, 255-276.
- Rubin, S. S. (1984). Mourning distinct from melancholia: The resolution of Bereavement. *British Journal of Medical Psychology*, 57, 339-345.
- Rubin, S. S. (1985). The resolution of bereavement: A clinical focus on the relationship to the deceased. *Psychotherapy*, 22, 231-235.
- Schafer, R. (1968). *Aspects of internalization*. New York: International Universities Press.
- Shuchter, S. (1986). *Dimensions of grief*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Siggins, L. (1966). Mourning: A critical survey of the literature. *International Journal of Psycho-Analysis*, 47, 14-25.
- Silverman, P., Nickman, S., & Worden, J. W. (1992). Detachment revisited: The child's reconstruction of a dead parent. *American Journal of Orthopsychiatry*, 62, 494-503.
- Silverman, S. M., & Silverman, P. R. (1979). Parent-child communication in widowed families. *American Journal of Psychotherapy*, 33, 428-441.

Silverman, P., & Worden, J. W. (1992). Children's reaction to the death of a parent in the early months after the death. *American Journal of Orthopsychiatry*, 62, 93-104.

Wolfenstein, M. (1966) How is mourning possible? *Psychoanalytic Study of the Child*, 21, 93-123.

Wolfenstein, M. (1973). The image of the lost parent. *Psychoanalytic Study of the Child*, 28, 433-456.

Zisook, S., & Shuchter, S. R. (1986). The first four years of widowhood. *Psychiatric Annals*, 16, 288-298.

NOTAS

(*) N. de la T.: Traduzco el resumen literalmente porque creo que esta es la mejor manera de respetar la propia síntesis del autor.

(1) El autor utiliza un ampísimo registro de referencias bibliográficas. Voy a citar solo aquellas referencias que he utilizado en el resumen de su artículo.