

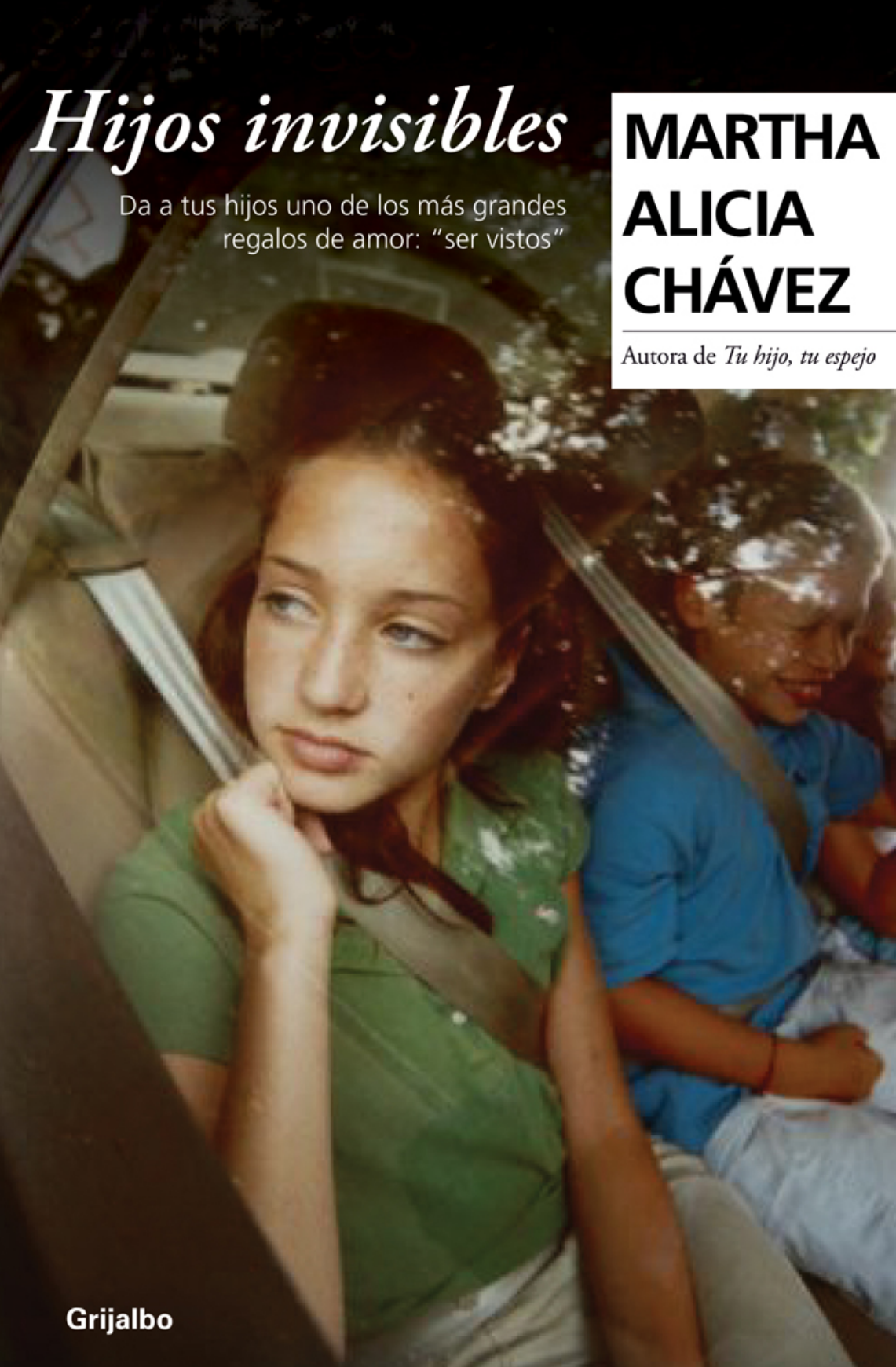
Hijos invisibles

Da a tus hijos uno de los más grandes regalos de amor: "ser vistos"

**MARTHA
ALICIA
CHÁVEZ**

Autora de Tu hijo, tu espejo

Grijalbo



Hijos invisibles

MARTHA ALICIA CHÁVEZ

Grijalbo

*A Marthita...
la niña que un día fui*

Preámbulo

Bebés, niños, adolescentes y adultos invisibles... pasan de largo por la vida sin ser vistos. Si están o no están lo mismo da. Para ellos no fluye espontáneamente la fuerza de amor y vida de los que llevan su sangre; por eso la tienen que extraer, obligar.

Ser invisible significa, en mayor o menor grado, estar fuera del mundo, no sentirse parte de él ni integrado con quienes lo habitan. La energía de los seres invisibles no se hace presente, como si no ocuparan un lugar en el espacio y el tiempo. Algunos son conscientes de esa sensación de desintegración; afirman sentirse así y lo expresan usando justamente esa palabra. Otros, en cambio, sólo experimentan una sensación de vacío, de no ser parte de nada, de que algo les falta. Lo que les falta es, precisamente, ser vistos.

La invisibilidad es uno de los más dolorosos estados que un ser humano puede experimentar. Ser invisible es como estar muerto, aunque se esté vivo; como no existir, aunque se exista; como ser nadie, aunque se sea alguien. Es justamente esta dicotomía la que acrecienta el dolor, la confusión de saber que es, que está, que el corazón palpita, pero no hay puntos de referencia externos que lo validen y le den certidumbre.

Si la invisibilidad es tan dolorosa, si ser invisible entorpece el desarrollo pleno de la persona, ¿qué hacen los seres invisibles para volverse visibles?

Acompáñame a adentrarnos en las páginas de este libro para comprenderlo y, mejor aún, para aprender cómo otorgar a nuestros hijos –de cualquier edad– uno de los más grandes regalos de amor: “ser vistos”.

Introducción

Es de gran interés para mí exponer en este espacio ciertos conceptos que le darán sentido a las propuestas que posteriormente presentaré. Hacerlo nos permitirá comprender de manera más amplia, profunda y certera el contenido del libro y, por añadidura, hacer su lectura más enriquecedora.

Comencemos por hablar de la neurosis. Ésta es un conjunto de trastornos psicológicos, mentales y emocionales generados por una crianza deficiente, que afectan el funcionamiento a nivel social, familiar y laboral de quien la padece. La finalidad de dichos comportamientos neuróticos es hacerse la vida más llevadera, y se establecen como un patrón debido a que le han funcionado a la persona que los presenta. Se dice que todos somos neuróticos en alguna medida, mínima o extrema, y esto es verdad, ya que prácticamente nadie fue criado por padres perfectos ni en circunstancias ideales.

Karen Horney, reconocida psiquiatra, escritora y autora de importantes teorías sobre el desarrollo de la personalidad –que hasta la fecha se consideran unas de las mejores propuestas al respecto–, afirma que más que el abandono o el abuso, la indiferencia de los padres es la causa principal del desarrollo de cualquier tipo de neurosis.

La indiferencia paterna lleva al niño a sentirse desprotegido, ignorado, inseguro y abandonado. Para protegerse del sufrimiento que ésta le causa, el niño desarrolla inconscientemente ciertas estrategias adaptativas que en un principio lo protegen de sentir frustración y dolor, o por lo menos lo llevan a sentirlos en menor grado. Debido a que funcionan para tal fin, con el tiempo dichas estrategias se convertirán en una respuesta generalizada en todas sus relaciones y ámbitos donde se desenvuelva. Es decir, se convierten en un patrón de relación y en un estilo de vida.

Así pues, si un niño experimenta enorme frustración, enojo y hostilidad por la indiferencia de sus padres, desarrollará la estrategia –patrón– de *ir contra las personas*, lo que implica conductas agresivas, abusivas, controladoras y manipuladoras, que serán el sello que marque sus relaciones y su funcionamiento social en general, como si su dolido corazón se hubiera llegado a convencer de que con estos comportamientos estará protegido, seguro y nadie le podrá hacer daño.

Otros niños, ante la indiferencia de sus padres, lo que experimentan es una gran ansiedad, inseguridad y desamparo, lo que los llevará a desarrollar la estrategia de *ir hacia las personas*. Ésta conlleva comportamientos serviles y complacientes, con la finalidad de lograr ser visto, reconocido y amado. Al ser esta estrategia la que le otorga el anhelado *ser visto*, se establecerá como un patrón de relación y un estilo de vida.

En otros casos, el niño se protege del dolor por la indiferencia de sus padres a través de, digámoslo así, darse por vencido. Entonces se mete en sí mismo, desarrollando la estrategia adaptativa de *ir lejos de las personas*, lo cual también se podrá convertir en un patrón de relación y estilo de vida. En este caso, su dolido corazón está convencido de que si se mantiene alejado no podrá ser dañado.

Sea cual fuere la estrategia adaptativa que el niño adopte –lo cual por supuesto es un proceso inconsciente–, su objeti-

vo es protegerse de sufrir. En los dos primeros casos –ir contra y hacia las personas– es así como se hace visible y obtiene reconocimiento, y en el tercer caso –ir lejos de las personas– al mantenerse apartado, como un ermitaño social, es como logra sentirse protegido y seguro.

Por otra parte, Karen Horney afirmó la siguiente idea, que ha sido reforzada y confirmada por innumerables estudiosos de la *psique* humana, tales como Fromm, Jampolsky y Chopra, entre otros: cuando un niño tiene la fortuna de tener aunque sea a una persona que lo ama, se interesa por él, lo valora o por lo menos lo aprecia, podrá superar los traumas y efectos nocivos que le dejaría el abuso, la agresión, el abandono o, en el caso que nos ocupa, la indiferencia de sus padres.

En capítulos posteriores veremos la innegable asociación que existe entre estas propuestas de Horney y los casos y temas que constituyen el contenido de este libro. Además, siempre es fascinante ver *más allá* y, de este modo, conocernos y comprendernos más de cerca y con mayor profundidad.

¿Qué significa ser invisible?

Los niños invisibles no son niños abusados o agredidos. Su problema no es ése, sino la indiferencia de sus padres y de los adultos emocionalmente significativos. El ser ignorado por ellos, por la razón que sea, es el sello que marca la vida de un niño invisible.

Los niños agredidos no son ignorados, sino tomados en cuenta. Para maltratarlos, golpearlos o abusar de ellos deben *ser vistos*. Ese maltrato les causará un gran dolor y daño, sin duda alguna, pero la situación del niño invisible es diferente y por tanto también son distintas las consecuencias. El niño maltratado es muy *visto*, el niño invisible no lo es en absoluto.

Por más indeseables que dichas conductas paternas sean y causen profundas heridas en la vida de los hijos, éstas no son del tipo de las que la invisibilidad produce. Y por más extraño que parezca, el corazón de un niño prefiere –si podemos usar esta palabra– ser visto por sus padres, aunque sea para que lo agredan, en lugar de ser ignorado por ellos. Así, la indiferencia de los padres es la gestación de un individuo invisible.

Tomo estas frases de la canción “Rómpeme, mátame”, del grupo Trigo Limpio, que ejemplifican con gran claridad las ideas que estoy presentando: “Rómpeme mátame, pero no me ignores [...] Prefiero sentir la espuela que me hincas cada día, que ser la flor en un vaso que olvidaste en una esquina”.

Estas expresiones, que se antojan casi aterradoras, son una cruda manifestación de la inmensa necesidad de los seres humanos, y sobre todo del niño, de ser *vistos*, y del lacerante dolor que les provoca cuando son ignorados.

Sería ridículo y una pérdida de tiempo que nos cuestionáramos si será peor ser un niño agredido o uno invisible. Lo que sí es verdad es que cada situación provocará diferentes efectos en la vida. Nuestro interés, para los fines de este libro, es comprender que el niño agredido es muy visto y el invisible no lo es en absoluto, sino al contrario, es ignorado. Los niños invisibles no son maltratados directamente, ni siquiera para eso son vistos; el maltrato, en todo caso, es a través del látigo de la indiferencia.

Un hijo que no fue visto por su madre y su padre se pasará la vida buscando que lo vean, y cuanto logre en este sentido nunca será suficiente. En sus relaciones amorosas necesitará constantemente el reconocimiento de su pareja; en sus relaciones de trabajo, el de su jefe, y en sus relaciones sociales, el de sus amigos y en general de los demás. Y aun cuando lo reciba en todas sus relaciones, nunca será bastante.

Los seres humanos tenemos ciertas necesidades básicas que es indispensable satisfacer para asegurar nuestro sano y pleno desarrollo físico, psicológico y social. Erich Fromm, destacado psicoanalista, psicólogo social y filósofo humanista, propuso que existen cinco necesidades humanas cuya insatisfacción impide la salud integral de la persona:

- 1) La necesidad de relación, que al satisfacerla suaviza el sentimiento de aislamiento y soledad.
- 2) La necesidad de tener raíces y lazos significativos, tanto con el núcleo familiar presente como con el pasado.
- 3) La necesidad de poseer sentido de identidad, lo que implica tener un lugar en la familia, en primer lugar, y en el mundo, por consiguiente. Esto nos permite percibirnos a nosotros mismos y ser percibidos por otros.

- 4) La necesidad de estructura, cuya satisfacción nos permite comprender la vida propia, darle sentido y movernos productivamente en el mundo.
- 5) La necesidad de trascendencia, que significa un llamado interior que nos impulsa a utilizar nuestros talentos, crear, hacer elecciones y forjar nuestro propio destino.

La familia debiera ser el lugar donde las primeras cuatro necesidades fueran satisfechas, lo cual garantizaría que cuando el niño se convierte en adulto fuera capaz de satisfacer por sí mismo la quinta necesidad. La realidad es que para un hijo invisible no hay tal satisfacción; por eso se pasa la vida intentando llenar los huecos y los asuntos de infancia que no se resolvieron.

Para resolver estas problemáticas que contaminan todas las áreas de la vida de los seres invisibles existe un camino cierto: llevar a cabo un proceso de curación interior que permita *tomar* el reconocimiento de otros, internalizar el ser visto y con ello saciar la sed de serlo.