

## La parentalidad a lo largo de la vida. Reflexiones personales y conceptuales. [Tuber, S.]

### Parenting Across the Lifespan. Some personal and conceptual musings [Tuber, S.]

Mónica Menor Barbero

Sociedad Forum de Psicoterapia Psicoanalítica (España)

Reseña del capítulo de Tuber, S. (2016) Parenting Across the Lifespan: Some Personal and Conceptual Musings. En S. Tuber (Ed.) *Parenting: Contemporary Clinical Perspectives* (p. 5-25). Lanham, Estados Unidos: Rowman & Littlefield

**Palabras clave:** Parentalidad, ser esencial, ser relevante.

**Keywords:** Parenting, to be essential, to be relevant.

Steven Tuber nos ofrece una perspectiva general de la parentalidad a lo largo de la vida. Describe una serie de fases por las que atraviesan los padres a medida que los hijos crecen, desde ser absolutamente esencial cuando estos son niños, pasando a ser potencialmente esencial en su adolescencia, para luego sustituir ambos aspectos por el sentimiento de relevancia cuando el hijo va convirtiéndose en adulto, y todo ello con una actitud vital que el autor denomina *sense of grace* y que traducimos como estado de gracia.

Para introducir las mencionadas fases de la parentalidad, Tuber relata un episodio de encuentro con su propio padre en el que este muestra, a través de un comportamiento inusitado, una profunda emoción al constatar que el autor, siendo adolescente, había sido admitido en una prestigiosa universidad. A través de los años este hecho se convertirá para el autor en el principal recuerdo consciente de la vivencia de su padre como esencial, y escribe “Si él pudo sentir esta profunda alegría a través de mí, yo debía ser una parte vital de él. Si era tan vital para él, entonces una parte de mí vivía en él, y ya no estaba existencialmente solo como se suele estar a los diecisiete” (p.6).

Para desarrollar el *proceso de convertirse en esencial* cuando los hijos son pequeños cita a Winnicott y Bowlby. Señala que la *preocupación* parental suficientemente buena facilita un ambiente sostenedor para el desarrollo psicológico y fisiológico del niño, y que un ambiente que tolera la rudeza del hijo sin consecuencias negativas permite que este vaya desarrollando una respuesta de gratitud para construir un apego seguro. Como consecuencia, los otros se convierten en esenciales y la identidad del niño deriva de la conexión con estos, y de un proceso de asimilación y acomodación que expandirá su

capacidad de relación recuperando antiguos paradigmas de interacción y creando nuevos en el mundo interpersonal más amplio. Llegar a ser psicológicamente esencial para el hijo, agrega el autor, es una experiencia dialéctica compleja que se construye en la cotidianidad, en la que cada respuesta tendrá un correlato psicológico y conductual. De este modo cuanto más hace el progenitor con y por el hijo, más siente que es parte de su vida, y a través de estas interacciones es transformado por el hijo al ser reconocido y diferenciado del resto de personas y objetos.

Continúa ampliando el concepto de esencialidad al señalar que una parte vivificante de convertirse en esencial es el *sentimiento de eficacia* que conlleva. Citando a White señala que una motivación profunda e intrínseca es el *sentimiento de competencia* que se ve fomentado poderosamente a través del sentimiento de esencialidad para el hijo. Llegar a ser esencial es una recompensa inherente cuando la eficiencia de los padres promueve la retroalimentación positiva entre eficacia y ser esencial. Además, el proceso de ser esencial cambia al progenitor, ve el mundo de un modo diferente, llegando a estar completamente ligado al bienestar de otro ser y convirtiendo su evolución en prioridad, incluso para evaluar el propio bienestar. Al inicio el adulto vacila en otorgar esta prioridad, sin embargo, va arraigando en la psique al sentirse paulatinamente afectado por la vulnerabilidad y fragilidad del hijo conforme profundiza en su función. En este sentido el autor se pregunta si el propósito y sentido en la vida de los progenitores se agudiza al ser los únicos responsables del bienestar de los hijos, o, por el contrario, si al ser todo lo que tienen, se sienten amilanados por esta carga.

Plantea quién cuida del progenitor mientras este está disponible para el hijo, y si puede soportar el resentimiento y no tomar represalias. Continúa con Winnicott como referencia indagando en la capacidad del progenitor para permitirse ser usado por el hijo antes de que pueda relacionarse con el adulto. Señala que en los primeros meses de la vida de un hijo los progenitores son dados por hecho, generándose la paradoja de que cuanto más esencial se es para el hijo, menos visible se es como ser externo y separado. Tuber cree que el sentimiento emergente de ser esencial para el hijo permite que podamos evitar la rabia hacia este. Añade que conforme los hijos se convierten en una parte del adulto, este ya no contempla sus actos hacia los hijos como generosos, sino como parte de su quehacer cotidiano que no sería posible tolerar con otra persona. Y continúa señalando que, dado que los hijos se han convertido en una parte del progenitor, este no les puede abandonar sin sentir que está renunciando a su parte más frágil, que simultáneamente también es la más esperanzadora. Y siguiendo con este razonamiento, menciona que ser esencial lleva consigo la gran aspiración e ilusión de los nuevos comienzos y el olvido de las carencias conforme el adulto ayuda en la construcción de esta nueva persona. Además, si el adulto tomara represalias por la *crueledad* del hijo implicaría que considera sus peticiones injustificadas y recortaría su derecho a experimentar, y al mismo tiempo, a través de la identificación del adulto con el niño, se verían también limitadas sus propias necesidades y deseos. Por tanto, según el autor, el enunciado de Winnicott “no se puede malcriar a un niño” asegura que las necesidades del progenitor sean vicariamente garantizadas.

A continuación, valora si ser esencial, y la tolerancia que conlleva, es altruista o por el contrario es una forma de *narcisismo*. Para desarrollar esta idea retoma el encuentro con su padre en el que relata la dicha y fascinación que pudo contemplar en su cara y que le hizo experimentar a los de adolescente la vivencia de ser esencial para este. Teniendo en cuenta la creencia profundamente arraigada en su padre de que el mundo era un lugar inseguro, el autor se pregunta cómo pudo experimentar lo que parecía una nueva capacidad de satisfacción. Plantea la posibilidad de que la semilla de una madre

suficientemente buena pudiera haber facilitado la experiencia citada, o quizás, la inusitada capacidad de satisfacción de su padre se generó más adelante a través de las esperanzas que los padres albergan hacia los hijos. Concluye que estas esperanzas y sueños emanan de la experiencia de ser esencial para los hijos, de la competencia que evoca en ambos y del solapamiento del ser de padre e hijo.

Ahora, con el paso del tiempo, el autor señala la esperanza como factor determinante para que su padre pudiera experimentar la satisfacción que pudo ver en su comportamiento, ya que estaba viviendo a través del logro de su hijo también su propio éxito. Y continúa diciendo que la expresión de felicidad de su padre no era una muestra de generosidad sino de *orgullo*, que gracias a ser esencial para su padre su logro se refleja sobre ambos y pasa a ser también el logro de su padre. Teniendo en cuenta que el hijo es parte del padre, la satisfacción de este podría ser no sólo una expresión de orgullo, sino también una forma de narcisismo, y por tanto ambas van unidas. Por tanto, la naturaleza del orgullo parental se forja en la combinación de la autosatisfacción y el reconocimiento del otro. Tomando en consideración que el adulto ha internalizado un sentido de sí mismo enriquecido al convertirse en padre, se evalúa a través del bienestar emocional y el éxito de sus hijos, siendo el *self* como padre uno de los múltiples *selves* que componen la identidad, que en el contexto de ser esencial cambia de un modo dinámico a lo largo de la vida. Considera Tuber que se da un balance dinámico entre nuestro *self* como padre y los otros estados del *self*, y que ser padre es un proceso dialécticamente cambiante en el cual cada experiencia tiene un impacto psicológico y comportamental, por el cual el padre recibe constantemente información que le interroga, consciente e inconscientemente y también de un modo interpersonal a la vez que intrapersonal, sobre su posición respecto al hijo.

En el marco del encuentro con su padre, plantea que como hijo no supo hasta ese momento que su éxito importaba tanto a su padre, y fue consciente entonces que el *self* de su progenitor como padre ocupaba mucho más espacio del que había creído. Añade que la autosatisfacción que debió experimentar su padre, ser el padre de un hijo que había sido admitido en una de las mejores universidades americanas, unido al sentimiento de orgullo por haber conseguido algo que él valoraba, se *combinaba* de modo que realizaban el *self* de su padre como padre.

Tuber menciona que desde los seis meses y sin duda en el segundo año de vida, se da la paradoja de que la incondicionalidad de los padres, acompañada del sentimiento de ser esencial, tiene como consecuencia el desarrollo de la autonomía e independencia en el hijo, el cual se considera como el único ser al que necesita realmente. En las muestras de iniciativa del niño el padre va desacostumbrándose del *sentimiento de esencialidad* al experimentar que ya no es considerado como esencial. Cita a Erickson para referirse a la dicotomía entre autonomía y duda por la que atraviesa el niño de dos años, y Tuber añade la perspectiva del padre, que ve menguado su sentimiento de ser esencial en esta necesidad del niño de negar al padre para desarrollar su autonomía.

A continuación, pasa a relacionar esta búsqueda de autonomía con la seguridad en el apego. En un niño con apego seguro el deseo de autonomía niega al padre solamente por un momento, sin angustia por parte de ninguno de los dos. La representación interna del padre como seguro le permite al niño albergar autonomía, sabiendo que podrá recurrir al padre cuando ya no desee estar solo. Por el contrario, un niño con apego inseguro experimenta al padre como demasiado esencial, sintiéndose excesivamente preocupado por la posible pérdida del padre o evitando al padre para defenderse de un posible abandono que le desestabilizaría. Desde la perspectiva del padre, el niño con apego

inseguro despierta un sentimiento de ser esencial que abrumba al padre obligándole a alejarse del contacto, provocando un círculo vicioso de alejamiento y aferramiento en cualquiera de los dos o en los dos, asociando el sentimiento de ser esencial con el miedo. Aclara el autor que en este artículo está refiriéndose a diadas en las que hay un apego seguro y que incluso en los vínculos seguros, el padre debe atemperar el *dejando* de este modo *de ser esencial*. El autor considera que parte de este proceso tiene que ver con dos tipos de *decepción*: por un lado la derivada de la constatación de que los logros del hijo no responden a las expectativas y necesidades del padre de ser esencial. Esta decepción es especialmente relevante en el adolescente, el cual puede interpretar la reacción del padre ante sus elecciones como decepción, contribuyendo a su alejamiento a medida que siente que no es como los progenitores. Por otro lado, el más sutil y relevante aspecto de la decepción parental se relaciona con la pérdida de la esencialidad al comprobar que con cada hito del desarrollo los padres son menos relevantes para el hijo. Tuber cree que el padre puede afrontar dignamente las idas y venidas en el sentimiento de esencialidad si encuentra un balance con el resto de sus estados del *self* evitando así un rechazo generalizado de su identidad. Señala que es posible redefinir la parentalidad modificando la naturaleza, pero no la vitalidad, del sentimiento de ser esencial a través del sentimiento de orgullo. De este modo, el estado del *self* como padre se ve reforzado reformulando el comportamiento autónomo del hijo como indicador de la buena parentalidad y ampliando los estados del *self* parentales para incluir otros aspectos de su funcionamiento adulto, compensando de este modo la pérdida del ser esencial en la definición de su *self* parental.

Prosigue el autor indagando en el cambio que se produce en el sentimiento en el padre de ser esencial para el hijo cuando este entra en la *adolescencia* y más adelante como *joven adulto*. Desde el punto de vista del adolescente el grupo es el eje de su autoestima, rechazando los valores y comportamientos de los padres como fuentes de identificación, además puede desregularle anímicamente la brecha entre su capacidad de abstracción que sitúa el futuro como algo cognitivamente abarcable y su limitada capacidad de acción. En la medida en que el adolescente no exprese este estado de alienación sentido habrá un alejamiento del padre al que difícilmente el orgullo parental le servirá de compensación por la pérdida de esencialidad. Aparecerá la preocupación para mantener la conexión con el hijo, que si percibe una restricción en su autonomía y vitalidad se alejará aislándose o recurriendo a su grupo de pares. Por tanto, Tuber indica que el padre debe permitir este alejamiento para que el apego previamente seguro de parte del hijo no se torne en preocupado o evitativo, con el riesgo de generarse un círculo vicioso entre el entrometimiento parental y el rechazo filial. El sentido del *self* del padre puede resentirse al menguar su orgullo parental y aumentar su preocupación, siendo fundamentales para atravesar esta etapa su propia disponibilidad y *empatía* y el apoyo de la pareja y familia extensa. Un padre seguro de sí mismo podrá equilibrar la herida narcisista teniendo presentes las necesidades y experiencias del *self* del hijo, y aun no sintiéndose orgulloso estará conectado al hijo a través de su preocupación no invasiva. La capacidad de empatía mejorará su sentimiento del *self* como padre si el adolescente se siente sostenido por la preocupación parental. El uso de la empatía como facilitador de un sano sentido del *self* como padre, permiten el tránsito desde el sentimiento de ser esencial en la infancia hacia la posibilidad o *potencialidad de ser esencial* cuando el hijo va caminando hacia la etapa de joven adulto manteniendo intacta la relación.

El equilibrio dinámico entre orgullo, preocupación y empatía conforme crece el hijo permiten que no se deteriore la relación con el hijo adolescente, y esto vendrá determinado por la capacidad del padre para mantener aspectos de su identidad fuera de

su función de padre y su habilidad para transformar su sentimiento de ser esencial en el potencial para ser esencial.

Según se inicia la etapa adulta, y tras multitud de experiencias en las que los padres ya no están presentes en la mente y actividad diaria del hijo, se va atenuando en gran medida el potencial de ser esencial del padre. Es entonces cuando es necesario que se produzca otro cambio en el padre, que el autor denomina *relevancia*, para que la relación con el hijo, que empieza a ser adulto, permanezca viva para ambos. Desde el punto de vista del joven adulto considerar a su padre como relevante hace que esté presente, pero no como primera opción en momentos significativos, porque su sentido del *self* no necesita de la validación parental al haber internalizado a los padres como relevantes, pero no necesarios. Por su parte, a los padres la relevancia les permite saber que les tendrán en cuenta si son necesarios, y que aun no siendo tenidos en cuenta no son olvidados del todo.

Desde el punto de vista parental Tuber se pregunta qué factores pueden minimizar la pérdida del *self* como padres y cómo se ve afectado su narcisismo al atravesar los cambios desde ser esencial, a potencialmente esencial, para finalmente ser relevante.

La ausencia de los hijos requiere que los padres desarrollen o renueven otros aspectos de su *self* como adultos no asociados a su *self* como padres, sin embargo, el autor cree que en muchos casos la pérdida de ser esencial para el hijo no se llega a compensar y se plantea si ser relevante para el hijo podría ser un buen sustituto de ser esencial o potencialmente esencial. Advierte que cuando no es suficiente con el enriquecimiento de sus otros estados del *self* deberán modificar algo en su *self* como padres, dejando de experimentar al hijo como un objeto/*self*, en el sentido kohutiano, para percibirlo como una persona que es apreciada por lo que es y que necesita desarrollar su propia identidad. Si se da esta actitud parental, las recompensas por ser relevante equilibran la pérdida de esencialidad.

El autor añade que, dado que los problemas del hijo ya no pueden ni deben ser resueltos por el padre, ser relevante significa lidiar con la herida narcisista producida por un lado por la ausencia de las cualidades extraordinarias del padre de un niño, y por el otro con la carga de ser el causante de ciertos patrones desadaptativos en el hijo. Pasar a ser tan solo relevante conlleva un impacto en el narcisismo parental que puede no ser sentido como una pérdida de estatus respecto de ser esencial si aparecen la disponibilidad y empatía parental. Ser capaz de leer la mente del hijo adulto al tiempo que el padre hace el duelo por la pérdida del hijo pequeño y de sus propias capacidades extraordinarias, es crucial para validar la necesidad del hijo de tomar sus propias decisiones, valores y propósitos.

Sostiene Tuber que existe una correlación positiva entre el apego seguro y la fluidez con la que un padre es esencial y está dispuesto a hacer el cambio para pasar a ser potencialmente esencial y más tarde relevante. Paralelamente el hijo podrá vivir plenamente a sus padres como esenciales y pasado el tiempo volverá a ellos al sentir la necesidad convertida ahora en potencial, y este proceso contribuirá a que más adelante los padres sean tenidos en cuenta por el hijo como figuras relevantes en su vida.

Finalmente, Tuber aborda la *continuidad de la relevancia al ir envejeciendo* y menciona cómo la transición entre ser esencial y ser relevante ocurre en paralelo al cambio en los diferentes estados del *self* del padre, donde también hay pérdidas y mayor vulnerabilidad en la identidad como padres. En este contexto la identidad en su totalidad está en riesgo

dado que considera que con la edad se reducen las posibilidades de compensar con otros estados del *self*. Añade que el papel insidioso que la vejez ocupa en nuestra sociedad dificulta la posibilidad de mantener la relevancia y la esencialidad en sus diferentes fases. Cita a Erikson para referirse a la generatividad como la capacidad que frenaría este proceso y facilitaría que el adulto fuera un mentor y modelo para los más jóvenes. Así, las capacidades aprendidas e internalizadas como padres podrán ponerse en juego a través de un papel como mentor fuera de la familia, que además aflojaría el sentimiento de duelo por la independencia del hijo. Sostiene que la generatividad puede ser el puente entre el *self* como padre, que necesita cambiar a medida que los hijos crecen, y los otros *selves* que necesita aumentar para compensar la ausencia del rol parental.

*Ser abuelo*, sostiene Tuber, puede ser una *segunda oportunidad para ser esencial* por medio de dos caminos: por un lado siendo esencial para los nietos a través del contacto consistente con estos, de modo que internalicen a los abuelos como parte del núcleo de cuidadores significativos, sin vivir la ansiedad de ser padres, y en segundo lugar volviendo a ser esencial para el hijo si la proximidad permite ser un integrante del circuito de cuidadores de su descendencia para ayudarlo en el proceso de ser padres. Afirma que ser esencial para el hijo adulto y para el nieto puede ser el único antídoto que mitigue el temor a la muerte.

Tuber concluye su artículo refiriéndose al modo en que los padres manejan el proceso de ser padres *manteniendo un estado de gracia*. Si el adulto cree que el niño comienza a desarrollar un *self* autónomo desde bien temprano, entonces el proceso de ser esencial está plagado de esfuerzos y fallas de entonamiento. Se plantea si podemos afrontar con dignidad la ambivalencia y el conflicto de no ser necesitados según los hijos crecen, y la herida narcisista de no ser capaces de solucionar los problemas de los hijos. Menciona que para que este estado de gracia tenga lugar hay varios factores relacionados con la salud mental: por un lado cuanto más seguro sea el vínculo con los otros significativos y más estable la representación del *self*, menos probable será que el adulto sienta el rechazo del hijo como una herida narcisista y más probable que se muestre empático; por otro lado la capacidad para mantener en la mente a los hijos y mostrarse disponible aunque la estima sea atacada por ellos; también influye la capacidad de mutualidad en la relación, reconociendo que las interacciones son bidireccionales y que la actitud del adulto puede haber provocado el comportamiento que percibimos como erróneo en el hijo; si se da lo que el autor denomina mutualidad, el hijo se sentirá comprendido y por ende se mantendrá la comunicación entre ambos; además menciona el grado de satisfacción que obtenemos en las interacciones con otros; también la capacidad para sentirse a gusto a solas puede reemplazar la necesidad de ser esenciales para los hijos, facilitando su necesidad de independencia y liberándoles de la necesidad de cercanía por parte del progenitor; finalmente tiene en cuenta la capacidad lúdica y el humor hacia uno mismo y con los hijos, los cuales ayudan a desdramatizar la pérdida de esencialidad y mantener la perspectiva y la resiliencia. Afirma Tuber que este estado de gracia no es un logro estable, es un proceso que debe trabajarse de continuo y que el autor pudo sentir en aquel encuentro con su padre que le ha acompañado tantas veces en la vida.

### Referencias

- Bowlby, J. (1993). *Attachment and loss*, vol.1. Nueva York, Estados Unidos: Basic Books.
- Erikson, E. (1993). *Childhood and society*. Nueva York, Estados Unidos: W.W. Norton.

- 
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. Chicago, Estados Unidos: University of Chicago Press.
- Winnicott, D. W. (1958). The capacity to be alone. En *Maturational processes and the facilitating environment*. Nueva York, Estados Unidos: International Universities Press. (Obra original 1965).
- Winnicott, D. W. (1960). The theory of the parent-infant relationship. En *Maturational processes and the facilitating environment*. Nueva York, Estados Unidos: International Universities Press. (Obra original 1965).
- Winnicott, D. W. (1971). The use of an object and relating thorough identification. En *Playing and reality*. Londres, Reino Unido: Tavistock