

COLECCIÓN
TERAPIA

FAMILIAR

Pauline Boss

LA PERDIDA AMBIGUA

**Cómo aprender a vivir
con un duelo no terminado**

gedisa
editorial



Pauline Boss

LA PÉRDIDA AMBIGUA

Grupo: PSICOLOGÍA
Subgrupo: TERAPIA FAMILIAR

Editorial Gedisa ofrece
los siguientes títulos sobre

TERAPIA FAMILIAR

- | | |
|--|---|
| STEVEN FRIEDMAN (COMP.) | <i>El nuevo lenguaje del cambio</i>
La colaboración constructiva
en psicoterapia |
| JUDITH S. BECK | <i>Terapia cognitiva</i>
Conceptos básicos y profundización |
| JOHN S. ROLLAND | <i>Familias, enfermedad
y discapacidad.</i>
Una propuesta desde la terapia sistémica |
| EVAN IMBER-BLACK | <i>La vida secreta de las familias</i> |
| STEVE DE SHAZER | <i>En un origen las palabras
eran magia</i> |
| CARLOS E. SLUZKI | <i>La red social: frontera
de la práctica sistémica</i> |
| TOM ANDERSEN (COMP.) | <i>El equipo reflexivo</i> |
| MICHAEL WHITE | <i>Guías para una terapia
familiar sistémica</i> |
| JAY S. EFRAN,
MICHAEL D. LUCKENS Y
ROBERT J. LUKENS | <i>Lenguaje, estructura y cambio.</i>
La estructuración del sentido
en psicoterapia |
| RALPH E. ANDERSON
E IRL CARTER | <i>La conducta humana
en el medio social.</i>
Enfoque sistémico de la sociedad |
| MICHEL DURRANT
Y CHERYL WHITE (COMPS.) | <i>Terapia del abuso sexual</i> |
| STEVE DE SHAZER | <i>Claves en psicoterapia breve</i>
Una teoría de la solución |
| HEINZ VON FOERSTER | <i>Las semillas de la cibernética</i> |

LA PÉRDIDA AMBIGUA

*Cómo aprender a vivir
con un duelo no terminado*

Pauline Boss

gedisa
editorial

Título original del inglés:

Ambiguous Loss

Publicado por Harvard University Press

© 1999 by the President and Fellows of Harvard College

Traducción: Isabel Campos Adrados

Primera edición: mayo de 2001, Barcelona

Reimpresión, 2014

Derechos reservados para todas las ediciones en castellano

© Editorial Gedisa, S.A.

eISBN: 978-84-9784-943-2

Queda prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio de impresión, en forma idéntica, extractada o modificada, en castellano o en cualquier otro idioma.

A Ellie

Índice

AGRADECIMIENTOS	11
1. El duelo congelado	15
2. Marcharse sin decir adiós	35
3. Decir adiós sin marcharse	51
4. Las emociones contradictorias	65
5. Los altibajos	79
6. La apuesta de la familia	93
7. El punto de inflexión	105
8. El sentido de la ambigüedad	115
9. El beneficio de la duda	127
NOTAS	135

Agradecimientos

Desde 1974 he sido terapeuta de familia y de pareja, así como profesora, y he dirigido investigaciones en dos universidades estatales conocidas por su apoyo al empirismo: la Universidad de Wisconsin-Madison y la Universidad de Minnesota. Pero fue el año que pasé en el Judge Baker Children's Center de Boston el que reavivó mi interés por el análisis narrativo y el valor que tiene escuchar las historias de la gente. Durante el año académico de 1996, fui profesora invitada de psicología del Departamento de Psiquiatría de la Harvard Medical School en el Judge Baker Children's Center. Estoy profundamente agradecida a Stuart Hauser, presidente del centro y profesor de psiquiatría de la Harvard Medical School, por haber hecho posible ese año, y por consiguiente, este libro. También agradezco a mis colegas del Judge Center y de Cambridge, que me proporcionaron nuevas ideas. Mis agradecimientos son extensibles a los estudiantes de posdoctorado en prácticas del National Institute of Mental Health, que contribuyeron a entusiasmarme mientras discutíamos sus investigaciones sobre la familia.

Vivir en Cambridge, durante el año que pasé en el Judge Baker Children's Center, me proporcionó el entorno que necesitaba para escribir este libro. No me hubiera sido posible mor verme por allí si no fuera por el apoyo generoso de la Fundación Bush, bajo la forma de un Premio Sabático Bush.

En el verano de 1996 visité también la Universidad McGill de Montreal, donde escuché a terapeutas cree y esquimales, y a estudiantes licenciados. Agradezco, por hacer que eso fuera posible y por sus útiles comentarios sobre la pérdida ambigua, a Laurence Kirmayer, director de la División de Psiquiatría Transcultural y profesor de Psiquiatría de la Universidad McGill, y a

Herta Guttman, psiquiatra jefe del Royal Victoria Hospital y profesora de Psiquiatría de la Universidad McGill.

Este libro se basa en las investigaciones y la práctica clínica que llevé a cabo desde 1973 hasta el presente año. Estoy profundamente agradecida a los que me proporcionaron el apoyo inicial para comprobar una idea que surgió de mis observaciones clínicas y, como ahora sé, mi experiencia personal. El Center for Prisoner of War Studies (Family Branch) del U.S. Naval Health Research Institute de San Diego; la University of Wisconsin-Madison Graduate School; la University of Wisconsin Experiment Station; y, desde 1981, la University of Minnesota Experiment Station y el Departamento de Ciencias Sociales, me proporcionaron el respaldo económico para las investigaciones sobre la pérdida ambigua por ausencia física.

Mi investigación sobre la pérdida ambigua por ausencia psicológica la financió, de 1986 a 1991, el National Institute on Aging, con la subvención de proyecto n° 1-POI-AG-06309-01, proyecto n° 5, intitulado «El impacto psicosocial de la demencia en la familia y los cuidadores de los pacientes con la enfermedad de Alzheimer», del que fui la investigadora principal; la University of Minnesota Experiment Station; el Departamento de Ciencias Sociales de la Familia; y la University of Minnesota Graduate School. Esa investigación se condujo en cooperación con el Veterans Administration Hospital de Minneapolis.

La University of Minnesota All-University Council on Aging financió el proyecto de investigación denominado «El bienestar del cuidador en las familias norteamericanas nativas con demencia», a lo largo de 1992-1993. La University of Minnesota Experiment Station y el Departamento de Ciencias Sociales de la Familia también proporcionaron fondos para ese proyecto.

Estoy agradecida, por haberse leído los primeros borradores y ofrecido ideas que ayudaron a que este libro fuera posible, a mis colegas David Reiss, Jan Goldman, Beatrice Wood, John DeFrain, Terrence Williams, Wayne Caron, Deborah Lewis Fravel, Joyce Piper y Lori Kaplan; y a los estudiantes de posgrado Raksha Dave Gates, Ciloue Cheng Stewart, Cary Sherman y Kevin Doll. Agradezco también a Sungeun Yang, que proporcionó el conocimiento técnico para la preparación final del manuscrito. Estoy en deuda con mi editora, Elizabeth Knoll, que me salvó de mí misma cuando me salí del camino y me adentré en la jerga académica y en el laberinto de la teoría.

Estoy profundamente agradecida a todas las personas y familias con las que aprendí a lo largo de los años. Me han enseñado a ver, y no sólo a teorizar de un modo abstracto. Con profundo amor y aprecio, agradezco en especial a mi madre, Verena Magdalena Grossenbacher-Elmer, que a los ochenta y siete años sigue viviendo en su propia casa al sur de Wisconsin, donde participa activamente de las actividades de la familia, los amigos, la iglesia y la comunidad. Cuando voy a visitarla, veo las pinturas de mi padre en cada pared, las labores de ganchillo de mi abuela en cada habitación y las fotos de mi hermana, tan recientes, en cada mesa. Son los recuerdos de los ausentes de mi familia; pero, a través de esos símbolos de su presencia, mis hijos, mis nietos y yo experimentamos una sensación de orgullo y estabilidad a pesar de los cambios.

Por fin, agradezco a mi marido, Dudley Riggs, que supo por su propia experiencia cómo apoyarme mientras escribía, y lo hizo sin vacilar.

1

El duelo congelado

Crecí en una comunidad de inmigrantes del Medio Oeste, donde todos a mi alrededor habían venido de otros lugares. A comienzos de la década de 1900, mis padres y abuelos cruzaron el Atlántico en busca de una vida mejor en los fértiles valles del sur de Wisconsin. Pero esta vida no siempre fue mejor, pues se habían roto los lazos con familiares queridos que permanecían en Suiza. Sus cartas llegaron por lo menos hasta la Segunda Guerra Mundial, pero eran agridulces. Terminaban siempre con frases como: «¿Nos volveremos a ver algún día?». Recuerdo que mi padre se quedaba melancólico durante días tras recibir una carta de su madre o su hermano. Y mi abuela materna suspiraba sin cesar por su madre allá en su tierra natal. Ella sabía que nunca volverían a encontrarse, porque la pobreza y, más tarde, la Segunda Guerra Mundial, impedían el viaje. La nostalgia se transformó en una parte central de mi cultura familiar. Nunca supe muy bien quién formaba parte de la familia, o dónde estaba realmente mi hogar. ¿En el viejo país o en el nuevo? ¿Eran de verdad mi familia esas personas a las que nunca había llegado a ver o encontrar? No las conocía, pero me daba perfecta cuenta de que mi padre y mi abuela sí las tenían presentes. Muchas veces, parecían estar muy lejos con el pensamiento. Nunca llegaron a superar la pérdida de esos familiares queridos, y en consecuencia los que vivíamos con ellos también experimentábamos la ambigüedad de la ausencia y la presencia.

La familia tal como yo la consideraba de pequeña, o sea, una familia al estilo Walton en una granja del sur de Wisconsin, no

era el mismo retrato que mi padre o mi abuela materna hubieran pintado. Su versión familiar incluiría a gente con la que yo nunca me había encontrado, parientes del otro lado del Atlántico que sólo existían en su memoria. Como una parte de lo que para ellos consistía la «familia» se encontraba siempre fuera del alcance físico, y como además vivíamos en una comunidad donde residían numerosos inmigrantes, la nostalgia se consideraba normal. Era tan corriente anhelar a los familiares lejanos que, desde muy pequeña, sentí curiosidad por esa pérdida sin nombre y esa melancolía que nunca desaparecía. Me rodeaban por todas partes. Muchas veces, escuché cómo mi padre decía, con su fuerte acento, a los extranjeros jóvenes que venían a pedirle consejos: «No se aparten de su tierra por más de tres meses, o ya nunca sabrán dónde está su hogar». Me preguntaba qué quería decir con eso.

Durante más de cuarenta años, me mantuve arraigada en esa comunidad de inmigrantes, mi pueblo natal, y hacía el viaje de ida y vuelta a la cercana Universidad de Wisconsin, en Madison, en la cual estudié y de la que, más tarde, fui profesora. Cuando por fin me trasladé, comprendí las palabras de mi padre. Aunque mi mudanza a las ciudades gemelas de Minneapolis y St. Paul fue mínima en comparación a la suya, también yo me sentí confusa sobre dónde estaba mi hogar. No sólo pensaba mucho en la gente de allí, sino que me negué a vender mi casa del pueblo y la mantuve amueblada, como si fuera a volver en cualquier momento. Sin embargo, a medida que pasó el tiempo, me di cuenta de que una ciudad grande ofrecía aventura y emociones. Me puse a buscar una nueva casa (un pequeño ático en un edificio de carruajes) y nuevos amigos. Mis hijos venían a verme durante sus vacaciones en la universidad y en el trabajo, y yo hablaba mucho por teléfono con mi hermana y mi madre. Con tales oportunidades para las visitas, la nostalgia duró poco. Tuve claro dónde quería estar, pese a que todos los miembros de mi familia vivieran en otros lugares.

Aunque siempre sentí alguna inquietud sobre lo que perdí al dejar mi pueblo natal, eso no me paralizó. Las cosas me resultaron más fáciles que a mis mayores, puesto que ni la pobreza ni la guerra mundial habían cortado mis lazos familiares inmediatos. Sin embargo, el traslado del pueblo a la metrópoli me conmocionó. En mis momentos de vulnerabilidad, mi familia estaba allí para ayudarme. Un día encontré, delante del buzón de correos, un paquete pesado, envuelto en papel pardo y atado con una cuerda de carnicero, que ostentaba gran número de sellos. Era una ca-