

ACERCA DEL SÍNDROME¹ DEL “NIDO VACÍO”

“Sin embargo no me suicidé, porque deseaba saber más matemáticas” (Bertrand Russell, citado por Marvin Minsky, 2006; pág. 71).

Se suele llamar “síndrome del nido vacío” a una sensación general de vacío y soledad, que los padres pueden sentir cuando los hijos abandonan el hogar. A veces este sentimiento, típico de la tercera edad, no aflora en el momento en que los hijos se casan o se alejan, sino recién surge con toda su fuerza cuando ellos a su vez tienen hijos y forman una familia completa. Cuando este sentimiento es muy intenso puede llegar a configurar una dependencia malsana de los hijos y una situación que es lo contrario a la autoestima (Chiozza 2005).

Según Moliner (1986) el nido es una construcción hecha por animales para depositar allí sus huevos y empollarlos. También es “nombre aplicado con cariño al hogar o vivienda familiar”. El “nidar” es “un lugar a donde una persona tiene costumbre de ir y en donde hay probabilidades de encontrarla” y asimismo “casa, patria o habitación de uno” (DRAE, 1992). La palabra alemana “Nest” (nido) proviene de una raíz que significa “posarse, asentarse, instalarse, establecerse” (Duden, 1963). El nido también significa “seguridad, alimentos y ayuda vital” (Dröscher, 1982², pág. 223) y representa entonces un lugar que cobija, alberga y protege.

¹ Suele llamarse “síndrome” a un grupo significativo de síntomas y signos que concurren en tiempo y forma y con variadas causas o etiologías (Dorland, 1966). Es así que el tema que estamos estudiando comprende un entramado de vivencias y sensaciones.

² Su libro titulado “Calor de hogar” fue traducido del alemán y el sentido literal del título sería “Calor de nido”. La idea de “calor” alude a la sensación de ser protegido y querido.

Dröscher (1982) escribe que una de las primeras actividades paternas de los pájaros es la recogida de material para la construcción de su nido. Es fundamental que esté bien elaborado y ubicado en un lugar adecuado y seguro. Agrega que al macho le resulta sumamente atractivo percibir que la hembra se dispone a construir el nido y que esta actividad “emite un intenso *sex-appeal*” (pág. 189) sobre el compañero sexual.

Comenta que muchos pájaros siempre ubican sus nidos en el mismo lugar donde ellos mismos nacieron. También otros animales muestran esta conducta y, a veces, tienen que recorrer miles de millas para volver al lugar de origen (pág. 70). Es como si pensarán “donde a mí me fue bien de pequeño también mis hijos tendrán oportunidad de sobrevivir” (Dröscher, 1982, pág. 69). Se trataría de una “especie de nostalgia y sentimiento de que se encuentran más protegidos y seguros en un lugar que conocen” (pág. 70). El autor considera que, por ejemplo, para los humanos el sentido de la “patria”³ corresponde a este impulso que tienen muchos animales de fidelidad al lugar de origen.

La idea de “posarse” e “instalarse o asentarse” también despierta la representación del útero materno, en el cual el óvulo fecundado deberá “anidarse” o “implantarse” para poder continuar con su desarrollo. En este sentido, el “primer nido” del ser humano fue el útero materno en el cual el embrión se instaló para sobrevivir. Luego ese “nido” es reemplazado por el abrazo de la madre y, también, por las mantas que envuelven al recién nacido. A medida que el niño crece, el hogar y la familia pasan a representar aquel primer nido que lo cobijaba, protegía y albergaba.

De acuerdo a estas ideas vemos que “el nido”, la posibilidad de “anidarse”, tiene una importancia vital en la vida de muchos seres vivos y se relaciona con el cuidado de los hijos y la familia.

³ “Patria” significa “tierra de los padres”; también se dice “la madre patria”. En idioma alemán es “Heimat”, palabra que tiene la misma raíz que “Heim” que es “hogar” y “heimlich” que significa “familiar” y “unheimlich” que es “sinistro”.

Pareciera que la problemática de “nido vacío” se ha vuelto más importante en los tiempos modernos, a medida que las familias extendidas son menos comunes y las personas de la tercera edad muchas veces viven solas o en instituciones geriátricas⁴. La familia tipo, constituida por padre, madre e hijos, está desapareciendo y, por otro lado, el promedio de sobrevida se ha prolongado. Ahora abundan, por ejemplo, las situaciones de matrimonios en segundas o terceras nupcias, con hijos de diferentes cónyuges, matrimonios gay, etc., situaciones que dificultan la formación de una familia unida y, con ello, la inclusión de las personas mayores en un seno familiar.

A esto se agrega que los individuos que se reúnen para formar las nuevas familias, muchas veces lo hacen motivados por su carencia, sobre la base de un interés individualista de fortalecimiento (Chiozza y colaboradores, 1996 [1995], pág. 238). “Una familia así constituida contribuye a la génesis de individuos que se sienten íntimamente endeblados” (ibíd.). “El aflojamiento de los lazos familiares destruye el sustento mismo de la familia (...) facilita la sensación (...) de exclusión (...) la crisis cultural en la que estamos inmersos, y en particular la crisis de la familia, constituyen el contexto propicio para el desarrollo de un conflicto de singular significatividad en relación a la pertenencia” (ibíd., pág. 239).

Por otra parte, sabemos que, además de pertenecer a una determinada familia (también linaje o identificación primaria), lo cual constituye una pertenencia importante denominada “primaria” (Chiozza y colaboradores, 1996 [1995] pág. 222), todo sujeto puede pertenecer a lo largo de su vida a otros círculos de su ámbito socio cultural, lo cual configuraría una pertenencia “secundaria”.

Aclara Chiozza que estas pertenencias “secundarias” constituyen “‘el solar’ de un arraigo que es imprescindible para la salud” (Chiozza, 2010; pág. 106). Agrega que, sin embargo, estos diferentes lugares de arraigo sufren el ataque que proviene de la envidia, los celos, la rivalidad y la culpa, que “surgen frente a las ‘faltas’ que amenazan

⁴ El geriátrico también suele llamarse “hogar de ancianos”.

con la desolación, la angustia y la descompostura”⁵ (ibíd., pág. 107).

Cuando un sujeto siente peligrar su pertenencia se experimenta a sí mismo “como alguien que está fuera de lugar o que no pertenece al entorno”. Este sentimiento compromete “el dolor específico de quien siente la penosa vivencia de carecer de un ámbito de convivencia y participación” (Chiozza y colaboradores, 1996 [1995], págs. 224/225). En esta situación el sujeto está afectado en su natural amor propio y se siente como “un descastado”, “un paria”, “un hijo de nadie” (pág. 241).

Por otro lado el sentimiento de soledad sólo resulta penoso cuando implica una dolorosa sensación de abandono, es decir, un sentimiento de desolación. En otra oportunidad señalamos que “el sujeto que se encuentra desolado padece una profunda tristeza, pues siente que ha sido ‘dejado solo’ por ese objeto primordial que, al constituir (...) todo su entorno, le confería una razón de ser a su existencia y (...) que todo su mundo, todo su entorno, todo lo que lo sostenía y lo consolaba, ha sido destruido y devastado” (Chiozza y colaboradores, 2001, pág. 87).

Pensamos que uno de los motivos por lo cual el alejamiento de los hijos puede resultar doloroso en la tercera edad, la desolación por encontrarse con el “nido vacío”, es porque muchas personas, cuando se encuentran en las puertas de la vejez y se imaginan que a partir de allí la vida será a “pura pérdida”, sufren una regresión y se reactivan en ellos sensaciones de desvalimiento, necesidad y desamparo, que

⁵ El recién nacido cree que la madre es una parte de él y que la puede dominar como domina a su cuerpo. Cuando descubre que ella no le pertenece se siente mutilado en algo que creía propio. Así se constituye la primera y más importante “carencia” de nuestra vida, la “primera falta”, que nunca podrá ser duelada completamente. La necesidad de compensar esta primera falta conduce al intento de lograr protagonismo, pero dado que éste, aunque se logre, no se puede conservar eternamente, se conforma una “segunda falta” (Chiozza, 2010) que deberá ser duelada. Para compensar esta carencia se buscará el reconocimiento de las personas que le dan sentido a nuestra vida, pero tampoco el reconocimiento alcanza o dura lo suficiente y se constituye la tercera falta. Entonces el último recurso que utilizamos para sentirnos bien es la materialización sublimada.

proviene de las épocas más tempranas de la vida. Por otro lado el consenso no ayuda dado que, en la sociedad occidental actual, se idealiza la juventud y se desprecia y teme a la ancianidad⁶.

A esto se agrega que se trata de la pérdida de un entramado de convivencia y contacto familiar, de todo un entorno significativo, que presupone una importante relación de intimidad y el hecho de compartir recuerdos y proyectos. Creemos que nos es fácil encontrar sustitutos para este conjunto de vivencias a partir del desarrollo de lo que se suele llamar “una vida propia”. Puede ocurrir entonces que se transfiera sobre los hijos los sentimientos que se tenían con los padres y así los hijos adultos pasen a representar el cuidado, la protección, el cariño y la continencia que siempre obtuvieron de éstos.

A veces también sucede que los hijos, o la familia en sí misma, representan inconcientemente el proyecto más importante que le daba sentido a la vida y entonces, sobre todo cuando se frustran otros proyectos que se hubieran podido desarrollar, un desprendimiento natural se hace difícil. Es así que su alejamiento puede despertar la vivencia de abandono, de haber perdido al “nido”, es decir, a la familia y con ello, en parte también, al hogar y la protección paterna. Esta situación compromete el sentimiento de desolación, así como penosas vivencias de carecer de un ámbito de pertenencia, convivencia y participación.

Se trata, como señala Chiozza (2005), de una etapa en la vida que “exige una particular valentía de aceptar un duelo difícil frente a un cambio inevitable”. Representa una resignificación que lleva implícita una reelaboración de valores, sobre todo los que atañen a una nueva forma de vida y al desarrollo de proyectos genuinos (pág. 57).

Creemos que, en la medida en que el sujeto ha podido elaborar los duelos y construir pertenencias secundarias que le resulten significativas, la separación de los hijos y el cambio o la

⁶ Dröscher (1979) subraya que en el reino animal la vejez muchas veces es considerada como muy valiosa. Por ejemplo los elefantes jóvenes conceden amor, respeto y honores a los animales más viejos porque “En la lucha por la supervivencia la experiencia del anciano es algo preciso e indispensable” (pág. 42).

desarticulación de la familia le resultará menos penoso. Chiozza señala que “la salud de una vejez en forma va unida a la persistencia de proyectos” y que “la capacidad de sobreponerse a los avatares de la vida, recuperando el bienestar, parece ser un producto ‘exclusivo’ de la capacidad de duelo”⁷ (2005, pág. 189). En este sentido, en la medida en que los recuerdos hayan sido adecuadamente elaborados resultará posible acceder a un proyecto gratificante⁸.

⁷ Un duelo adecuadamente elaborado transcurre con un sentimiento de tristeza que produce alivio y un enriquecimiento libidinoso, abriendo las posibilidades futuras, restituyéndole al sujeto la alegría de vivir.

⁸ Chiozza (2010a) señala que la posibilidad para lograr una vejez en forma implica también poder tener suficientes relaciones íntimas y, en este sentido, una adecuada capacidad para realizar transferencias a partir de las cuales de pueden generar nuevas relaciones. Creemos que para ello habrá que vencer también la fobia a lo nuevo y que esto le resultará más fácil a las personas que han podido mantener vivos el interés y la curiosidad.