

AGRESIVIDAD, DEPRESIÓN Y ENAJENACIÓN

Harold Esler

ESTE artículo tratará de aproximadamente cien adolescentes a quienes se ha recluido en una institución *ad hoc* a causa de su conducta agresiva y antisocial. Conocidos por su comportamiento extremadamente agresivo y su inclinación al *acting out*, estos adolescentes fueron recluidos en una institución de máxima seguridad para muchachos delincuentes.

Se ha escrito mucho sobre la depresión y la agresividad, la mayor parte con referencia a la depresión reactiva, subrayando la internalización de la agresividad, causante de la depresión (Fenichel, 1945). Este artículo hará hincapié sobre la depresión inconsciente que no ha sido estudiada a fondo.

El tipo de adolescente agresivo que examinaremos constituye un grupo de diagnóstico bastante confuso, es inaccesible, manipulador y muy temeroso. Este grupo oscila entre la depresión honda e inconsciente que causa un dolor casi consciente e intolerable y luego una experiencia caracterizada por la insensibilidad. Esta insensibilidad crea en ellos la necesidad de hacer algo para sentir vivamente, ya que no experimentan ni depresión ni felicidad, casi no se sienten humanos. La acción agresiva muchas veces los hace conscientes de un sentimiento y los liga de nuevo a la humanidad. Cuando se les pregunta si están deprimidos, casi invariablemente contestan que no, que son perfectamente felices y que tienen toda la razón del mundo para serlo. Harán mención de sus amigos, aunque en realidad tengan con ellos una relación muy superficial. Viven la amistad en un nivel potencial más bien que en uno real. Reaccionan respecto a la amistad como si ésta hubiera pasado por todas las etapas de crecimiento que la convertirían en una relación significativa. Ven la posibilidad de hacer una amistad, pero aunque existen los componentes, su miedo impide que cristalicen. Reaccionan ante lo potencial como si fuera realidad. Otra razón para la agresividad que presenta la gente deprimida (especialmente estos individuos, a los que hacemos referencia) es que la depresión es una afrenta a su narcisismo. Quieren ser felices constantemente, ver satisfechas todas sus necesidades; cuando están deprimidos sienten dolor y este dolor en seguida se traduce en cólera, por una secuencia natural, ya que la cólera resulta más fácil de manejar que el dolor. Se les puede considerar como extremadamente narcisistas. Cuando se les pregunta por qué es malo robar o golpear a alguien, casi sin excepción responden: "Porque las leyes lo prohíben." Apenas se dan cuenta de las consecuencias para los demás. Solamente les afectan las consecuencias respecto a sí mismos. El narcisismo de semejantes individuos puede muy bien ser determinado socialmente, ya que en su sociedad —generalmente de clase baja o muy baja— se acostumbra desconfiar de todos. La mayor parte de la gente que pertenece a tal sociedad está dedicada a satisfacer sus propias necesidades y no puede preocuparse por los demás; por eso encuentran muy pocos individuos con los cuales puedan rela-

cionarse sinceramente. Se han vuelto hacia lo único en lo que pueden confiar en su comunidad: hacia sí mismos. Éste, por consiguiente, es un narcisismo por necesidad.

Estos muchachos a menudo afirman que tienen que cuidar de sí mismos; que nadie, excepto ellos mismos, va a hacerlo. Un ejemplo de este tipo de conducta se puede hallar en un chico que llamaré Pedro, el cual asistió a sesiones de psicoterapia durante más de un año. Contó que su madre intentó matarlo tres veces antes de que tuviera seis años. Como adolescente agresivo que era, se paseaba por las calles de Detroit llevando un cuchillo en la manga y apuñalando a la gente que pasaba. Gozaba viendo la agonía en las caras de los transeúntes. Atraía a los perros a un callejón y los mataba con su cuchillo, "sólo para divertirse". Una vez dijo emocionado: "Ahora creo que esos perros sentían cuando les hundía el cuchillo." Es alarmante darse cuenta de que este niño creía que los animales no sufrían dolor. Esta enajenación es el resultado de un dolor emocional tan intenso que se volvió intolerable. Es fácil comprender cómo pudo lograr ese grado de insensibilidad. La mayoría de estos muchachos —éste sobre todo— tenía problemas de identidad. No imaginaban siquiera quiénes eran. Hacían esfuerzos por alcanzar la masculinidad para demostrar que eran alguien. Muchos de ellos afirmaban ser criminales y así sentían ser alguien. Al ser interrogados no podían decir quiénes creían ser por dentro. Tenían mucho interés en practicar levantamiento de pesas para robustecer su cuerpo. Mostraban la clásica angustia de castración, síntoma de su búsqueda de identidad. Éstas eran demandas de identificación motivadas por su temor a la nada. Era una defensa contra su falta de identidad.

Pedro dijo que de chico había visto a su tía desnuda y que había sentido que los órganos genitales de ella respiraban e iban a chupárselo. Contó esto sumamente emocionado y sintió auténtico miedo. Este miedo era un deseo: el mundo era tan amenazante que deseaba la seguridad del útero; le aterrizzaba, sin embargo, la pasividad que éste le imponía. Confesó además que, en una excursión con uno de los maestros y su esposa, había visto a la esposa sola en el bosque cuando él estaba cortando leña. Sintió entonces un impulso tremendo de cortar la cabeza. Afortunadamente, la maestra reaccionó al ver una expresión extraña en la cara del muchacho y le pidió el hacha. Este muchacho, de diecisiete años, tenía cara de niño. Un interno que había tenido una entrevista con él en calidad de consejero vocacional lo calificó de muchacho agradable, y no pudo entender por qué lo habían colocado en la institución. Su simpatía era manipuladora y superficial. Muchachos como éste son, con frecuencia, muy autodestructivos, lo cual tiene por objeto sentir algo. Una noche, después de una sesión de terapia de grupo, Pedro se echó precipitadamente de la cama al suelo para sentir algo.

Nuestro grupo mostró síntomas notables de angustia de castración, sentimiento de vacío y un miedo tremendo a ser heridos. Sus objetivos sexuales eran confusos. Hablaban agitadamente de una muchacha, y una semana más tarde mostraban una excitación semejante por un muchacho nuevo. Muchos tenían grandes ambiciones, síntoma de sobrecompensación, que podría llamarse grandiosidad. Un muchacho dijo: "Ya sé que nunca seré un Kennedy, pero tal vez



llegue a ser un Al Capone." Encontraban que la agresividad es una expresión más predecible que el amor. El amor les era poco familiar y los atemorizaba. Cuando se manifiesta amor a otro ser humano, los resultados no son predecibles, pero cuando se muestra agresividad, son muy predecibles. Como en el caso del narcisismo, la mayor parte creía que el mundo es tan agresivo como ellos mismos. Siempre tenían miedo de que alguien los explotara o los dañara físicamente. Un muchacho de seis pies y dos pulgadas de altura, que pesaba 220 libras y era muy fuerte, acostumbraba dormir volteado hacia la puerta para estar seguro de que nadie lo agarraría en la noche. Tenía miedo de todos, a pesar de que muchos eran más débiles que él. De niño, su padrastro lo golpeaba repetidamente y su madrastra apenas lo defendía. No le expresaba a ella sus sentimientos de gratitud y ternura por su intervención, sino que los transformaba en sexuales. Las emociones de auténtica ternura le eran demasiado extrañas para poder experimentarlas.

Estos muchachos parecían ser grandes consumidores. Daban mucha importancia a la comida y especialmente a los cigarrillos. Cuando los parientes les llevaban comida, comían más en una sola sentada de lo que cualquiera consideraría posible. Intentaban manipular al personal, el cual creía que dejarse manipular era un terrible error en vez de comprender que la manipulación era una tentativa de relación y que debía ser utilizada. Este fenómeno de no sentirse humano ha sido mostrado por otro tipo de individuo: el adolescente de la clase media aunque en forma diferente. Estos muchachos utilizan drogas psicodélicas para sentir algo. Como dijo uno de ellos: "Cuando tomo LSD me siento vivo; si no, me parece que mi vida solamente me ha ocurrido, que no la he vivido yo mismo." Guiar coches a muy alta velocidad provoca sentimientos de miedo y la excitación hace que el adolescente se perciba como un ser humano, que experimenta algo. La mayor parte del tiempo se siente como un objeto pasivo controlado por la sociedad. El pelo largo y la barba obligan a la gente a fijarse en él, lo hacen descolgar. Así, se siente vivo, pues provoca la reacción de los otros, que normalmente, cuando él pasea por la calle o entra en alguna relación con ellos, no lo toman en cuenta ni le conceden atención. Le gusta observar las reacciones de los demás. El más listo cree que los adultos lo juzgan por su apariencia, que no son lo bastante inteligentes para ver lo que él es en su interior, para saber quién es en realidad. Esto le confiere un sentimiento de superioridad.

Los niños autistas que han llegado al grado de insensibilidad, muchas veces no permiten que cicatricen sus heridas. Se arrancan las costras para sentir algo, para saber que existen. Se golpean la cabeza contra la pared para sentir. Frieda Fromm-Reichmann (Bullard, 1959), observó el grado de insensibilidad del esquizofrénico. Una paciente del Northville State Hospital, que sufría de colitis, dijo que le gustaba su enfermedad porque así estaba segura de que vivía. Esta sensación de no ser humano no se limita al adolescente agresivo o perturbado, o al niño autista. Un dentista del Medio Oeste de los Estados Unidos, que atiende generalmente a la población universitaria, descubrió que había muchos profesores que se quejaban de tener la lengua irritada. Descubrió que acostumbraban friccionar la lengua contra el borde áspero de los dientes para sentir algo. Así sabían que existían, que eran seres humanos con sentidos. El profesional suele

sentarse de tal manera que sus miembros a veces se duermen; al sentir un hormigueo comprueba que existe, y se olvida de su aburrimiento.

Para el tipo de individuos agresivos que nos ocupa, el mejor método de tratamiento es el de un control estricto y rígido, sobre todo al principio del tratamiento. Las reglas inflexibles que se les imponían les daban seguridad y la sensación de que no perderían el control o perjudicarían a otros. Temían su propia agresividad y eran ambivalentes al expresarla. Parecían no tener conscientemente ninguna culpa después de una explosión de agresividad, pero cuando uno exploraba más profundamente, descubría toda clase de sentimientos de culpabilidad. Su consciencia humana estaba intacta, pero profundamente oculta. Su consciencia social era casi completamente inoperante. Estos muchachos tenían sueños que mostraban sus sentimientos de culpabilidad por actos agresivos, pero al ser interrogados no indicaban tener culpa ninguno de ellos.

Era necesario que los muchachos estimasen a su terapeuta. El terapeuta que manifestaba temor perdía a su paciente rápidamente, ya que el muchacho percibía su incapacidad para controlarlo, y en consecuencia se asustaba de sus propios sentimientos agresivos que pudiera sentir hacia aquél. Si creía que el terapeuta se encargaba de todo, se sentía más seguro y podía relacionarse con él. Esto no impedía la intervención de una mujer terapeuta; si era firme y no mostraba miedo, los muchachos confiaban en ella. Había más confianza entre ellos que hacia el personal. A menudo sometían a prueba al personal profesional, y cuando encontraban una persona en quien podían confiar, le demostraban fidelidad completa y hacían grandes esfuerzos por cooperar y asistir a las sesiones de psicoterapia. La mayoría de los muchachos decían que querían asistir a las sesiones, e inventaban, como broma, cuentos absurdos de que habían visto hombrillos verdes, pero en realidad sabían que algo en ellos no andaba bien y deseaban obtener alivio al dolor que sentían.

Se descubrió que la psicoterapia de grupo era un método eficaz para tratar a estos muchachos, ya que no se permitían ningún engaño entre ellos. Si tenían un dirigente de grupo adulto que fuese honrado y abierto, muchas veces se enfrentaban con la verdad, ya que querían progresar y hasta pedían prolongar las sesiones a fin de poder superar sus problemas. Casi cada miembro del grupo pedía sesiones individuales, pues había cosas que discutir a solas. En sesiones de psicoterapia individual trataban de engañar al terapeuta. Había que hacer notar esto al muchacho. Es interesante comprobar que muchos de estos cuentos fabulosos indicaban lo que el muchacho sentía en realidad; pero se sentía seguro distanciándose de sus emociones verdaderas y fingiendo que lo que decía era ficticio. Más adelante admitía la autenticidad de tal emoción. La honradez era la actitud más importante en el tratamiento de estos muchachos. Cuando comprobaban que el terapeuta era honrado con ellos, respondían con una motivación intensa. Algunos de los muchachos asistían a la escuela dentro de la institución y se graduaban de secundaria allí.

Parecía que importaba mucho la hora en la cual tenían lugar las sesiones de terapia. En la noche, los muchachos parecían más productivos, más en confianza y podían relacionarse mejor. Quizá a estas horas se sentían menos presionados.



Mostraban mucho interés en sus vidas futuras: estaban angustiados y con frecuencia tenían una actitud de confianza excesiva compensatoria. Cuando se había logrado un mejoramiento ligero en el tratamiento, se sentían orgullosos y grandes; luego caían en un estado de depresión y desesperanza, y por fin propendían hacia un justo medio. Estos muchachos, con la excepción posible de los retrasados mentales, eran los sujetos de tratamiento más desalentadores. Precisamente cuando uno sentía que había hecho algunos progresos, sabotaban todo. Temían lo desconocido y necesitaban de su agresividad y desconfianza, tan familiares y seguras. Eran vulnerables. Su identidad era tan difusa que si se creían rechazados por alguien en quien confiaban, se sentían aniquilados. Un muchacho que estaba haciendo muchos progresos, se fugó de la institución y robó tres carros; fue juzgado en el tribunal adulto y lo trasladaron a otra institución. Temía los progresos que había hecho; su nueva vida le era demasiado extraña y tuvo que regresar a lo conocido.

La relación entre el personal profesional y el no profesional es muy significativa. En esta institución el personal no profesional a menudo sabotaba los esfuerzos terapéuticos. Consideraba la psicoterapia como algo misterioso y muchas veces arruinaba subrepticamente los logros conseguidos por el terapeuta en las sesiones de terapia. Un muchacho en particular, que había intentado suicidarse seis veces y que no había podido expresar ninguna agresión externa, dirigió, por fin, su agresividad hacia un miembro del personal no profesional, quien lo encerró en una celda aislada durante dos días trastornando así muchos de los progresos alcanzados.

Estos muchachos agresivos tienen una sensibilidad paranoica y detectan inmediatamente a un mentiroso. Un adulto o adolescente neurótico permitirá que un terapeuta lo engañe y estará de acuerdo en todo, porque tiene miedo de ser rechazado. En cambio para los agresivos el rechazo es una forma de vida, más que temerlo, lo esperan. A veces se ponen de acuerdo verbalmente con el terapeuta falso, pero por dentro se burlan de él y bromean acerca de él con sus amigos.

Un aspecto desalentador del tratamiento de estos adolescentes es que el progreso hecho en la institución no se sostuvo después. Hablarían con emoción y realizarían algunas de las metas importantes de la vida. Algunos que habían sido muy malos estudiantes afuera, se graduaban en la secundaria de la institución. Cuando volvían a su ambiente, la necesidad de aprobación de sus iguales y la enfermedad crónica de su medio ambiente los obligaban a regresar a la misma conducta. A veces parecía una tarea inútil. Cuando hablábamos con el muchacho a su regreso, contaba que si no participaba en la conducta antisocial y agresiva de su subcultura, lo consideraban sumamente excéntrico. Un muchacho que rehusaba llevar cuchillo cuando salió de la institución, regresó después que lo habían apuñalado y casi matado. Insistió en que había sido empujado a la lucha sin alternativa, y que si hubiera llevado un cuchillo no lo habrían herido. Al parecer, no tratamos solamente al adolescente; tenemos que tratar una cultura agresiva en donde la paranoia es una forma de vida. Quizás no debiéramos llamar a esto paranoia, ya que se basa en la realidad. No son gente inmoral sino amoral. El comportamiento sexual no es

emotivo, es sólo explotación. Los hombres tienen que probarse constantemente. Por lo menos el 85 % de los estudiantes de secundaria, llevaba cuchillo y muchos tenían pistola. Un muchacho se quejó de que había escopetas y rifles en las gavetas de la secundaria a la cual asistía. Los maestros decían que no podían castigar a los muchachos sin temer por su vida. Mientras más enfermo o inseguro fuese el hogar de donde venía el muchacho, menor era la posibilidad de acomodarlo en un nuevo hogar. Constantemente escapaba al hogar enfermo. Un profesional dijo que la cosa más importante que podemos enseñar a estos muchachos es cómo no dejarse atrapar por la policía, pues los forzarán a regresar a la conducta anterior a su ingreso en la institución. El muchacho agresivo que parece mejorar y mantener su mejoramiento es generalmente aquel que viene de un hogar de clase media baja, y cuyos problemas son más bien conflictos internos que de adaptación a su sociedad. Algunos, aun aquellos que han cometido homicidio, regresan a la sociedad y se adaptan. Un muchacho que cometió un homicidio, y con quien el autor tiene relaciones personales, salió de la institución, se casó y asiste a la universidad. No ha vuelto a observar una conducta agresiva. El comportamiento de *acting out* agresivo constituye un caso bastante raro en su grupo cultural.

Las inferencias sociales del adolescente agresivo son muchas. Algunos de los muchachos estaban tan enfermos de la mente, que en cualquier cultura en la que se les hubiera colocado, habrían parecido raros. Su agresividad sobrepasaba con mucho la norma. La agresividad es una constante, algo predecible, a una manera en la que ellos pueden relacionarse con el medio ambiente sin ser dañados emocionalmente. Parece como si todos estos muchachos hubieran sido dañados muy seriamente a medida que crecían. El rechazo por parte de sus padres —tal vez más indiferencia que rechazo— dio lugar a un profundo dolor emocional cuyo resultado inevitable fue la agresividad.

Un muchacho, de niño, amarraba los gatos sobre los tendedores para que se desgarraran. Era un chico simpático y agradable, que mostraba deseos de ser médico. Le proporcionaba gran placer el pensar en matar gente. Tramaba cómo podría hacerlo, especialmente cómo podría torturar a otros. En la institución trató dos veces de suicidarse. Era una persona excepcionalmente vacía. Mientras tramaba sus planes de muerte se estimulaba, llegando a sentirse vivo. Los sentimientos positivos eran demasiado amenazantes, ya que en general habían terminado en el rechazo. Podría ser calificado de necrófilo (Fromm, 1964). Este muchacho estaba sumamente enajenado de toda la sociedad. Hasta sus amigos en la institución desconfiaban de él y lo hallaban algo extraño. Se le puso en libertad. Más tarde apuñaló a una mujer encinta, en el estómago, y a la noche siguiente mató a una muchacha adolescente dándole dieciocho puñaladas. Puede decirse que este muchacho se identificaba con sus víctimas y experimentaba, a través de la identificación, algo de dolor. Sentía la vida al ver la agonía retratada en los rostros de sus víctimas. En muchos sentidos se sentía casi una cosa inanimada, y había que recordarle su humanidad. Una vez robó un carro; lo manejó a toda velocidad, estrellándolo contra un árbol y haciéndose daño a sí mismo. Después de esta experiencia tuvo consciencia



de su existencia y pudo hablar del dolor de su hombro roto, que le recordaba que estaba vivo y le procuraba alguna identidad.

Entre la gente normal es frecuente que los que están muy deprimidos se hagan daño a propósito a la vez que por casualidad. Cuando esto ocurre se afianzan al dolor de la lesión física, que sobrepasa el dolor emocional de la depresión. Por lo general esta depresión es resultado de la soledad. El dolor físico hace darse cuenta, al que lo padece, de su existencia, y olvida el dolor de la depresión. Una paciente no podía ver a su amante en época de Navidad, porque él iba a visitar a su familia anualmente. Una vez, en esta época, se hizo daño. Accidentalmente se golpeó en la cara, rompió sus anteojos y se cortó un ojo muy gravemente. Otro año se torció el tobillo. En ambas ocasiones sintió mucho dolor en las heridas, pero no sintió tan vivamente su soledad.

La depresión que sienten estos muchachos, así como la gente normal, conduce casi siempre a una conducta de *acting out*, que es un método para disminuir el dolor de la depresión. La depresión causa dolor y se transforma en cólera. La cólera se descarga y el individuo se preocupa más por esta conducta que por la depresión. La conducta de *acting out* de la depresión puede ser constructiva o destructiva. A veces la persona ayuda a otra, sintiéndose más digna y más cercana a los demás; esto reduce sus sentimientos de soledad y la depresión que éstos provocan. La mayor parte de esta depresión es inconsciente. Si se pregunta a una persona deprimida si está contenta contestará que sí, aunque uno pueda observar, al mirar su cara, su tristeza. Cuando uno se entera de que no tiene a nadie en su vida con quien pudiera relacionarse, se concluye también que debe de estar deprimida. La mayor parte de la gente confunde la satisfacción y la felicidad. Sienten que, si tienen todas las cosas materiales que sean necesarias, un empleo y una familia, aunque no haya ninguna persona significativa en su vida, deben ser felices. Se comportan como creen que deberían comportarse, y no como sienten en realidad. La depresión inconsciente crece y da por resultado la conducta de *acting out*.

Freud (Fenichel, 1945) ha postulado que los orígenes de la depresión son la internalización de la agresividad y la represión sexual. Esto es fundamentalmente cierto; la agresividad internalizada causa, en efecto, la depresión. Pero creemos que hay una causa de depresión aún más importante: la represión del amor. El deseo más grande del hombre es amar. Es, asimismo, uno de sus temores más grandes, ya que amando a otro ser humano se hace vulnerable al rechazo, el cual constituye uno de los dolores más agudos que pueda experimentar el hombre. La mayor parte de la gente, en vez de correr el riesgo de confiar en otra persona, prefiere quedarse segura. Sostiene relaciones superficiales con los otros. Hasta con sus esposos son superficiales. No se descubren a los otros para evitar ser rechazados y, de esta manera, se enajenan. Están solos y padecen depresión caracterológica. Si una persona se compromete con otra, permitiendo que ésta sepa quién es en realidad, primero tendrá que saber ella misma quién es y deberá tener la seguridad de que si este compromiso falla, de todas maneras podrá sobrevivir. La mayoría de la

gente teme ser aniquilada si su oferta es rechazada. Es más o menos como jugar a las cartas; cuando todas las cartas están sobre la mesa y uno gana o pierde por lo que es, y la inversión es total, el perder significará aniquilarse. Burton, 1967, dice que la depresión es la enfermedad de nuestra sociedad. Fromm (Fromm, 1956) dice que el amor es la única solución a los problemas de nuestra sociedad. Un coche nuevo, una casa nueva, un empleo seguro, pueden proporcionar satisfacción económica, pero solamente la interacción con otra gente puede traer la felicidad. La educación escolar debe poner énfasis en las relaciones interpersonales. Debería formar parte esencial de nuestra educación el aprender cómo relacionarnos y no temer a los seres humanos. Debemos comenzar intentando educar las emociones. La educación de las emociones puede llevarnos a la felicidad. La educación mental proporciona erudición intelectual, prestigio social y mayores sueldos; pero no más felicidad. Con la educación de las emociones muchas de nuestras enfermedades sociales se reducirán. La agresividad se volverá menos probable. La hostilidad entre unos y otros se aminorará. Significará dar un gran paso para amar a nuestro vecino como a nosotros mismos.

La manera más eficaz de acabar con la depresión y permitir que la felicidad sea posible es amando, compartiendo la vida íntimamente con otro ser humano. Las palabras o anécdotas de experiencias íntimas de la vida no bastan para romper la depresión. Hay que descargar las emociones empáticas, compartir los sentimientos internos más hondos. Esta experiencia debe ser comparada con otro, no solamente expresada en palabras. Las palabras solas a veces disfrazan los sentimientos y expresan únicamente la conciencia que se tiene de dichos sentimientos en vez de los sentimientos mismos. Una vez que hayamos descargado el sentimiento, y que éste haya sido recibido por otro ser humano, resultará difícil sentir de nuevo enajenación o depresión, ya que habremos vivido y conocido el acto del amor que nos une con la humanidad y que vence la soledad hasta en los abismos más hondos de nuestro inconsciente.

REFERENCIAS

- Bullard, Dexter M., *Psychoanalysis and Psychotherapy*. The University of Chicago Press, Chicago, 1959.
- Burton Arthur, *The Meaning of Psychotherapy*. Journal of Existentialism, 29 octubre de 1967.
- Fenichel, Otto, *The Psychoanalytical Theory of Neurosis*. W. W. Norton, Nueva York, 1945.
- Fromm, Erich, *El arte de amar*.
- . *El corazón del hombre*, 2ª ed., México, FCE, 1967.

