
LA DEPENDENCIA AFECTIVA

Aunque todo proceso de crecimiento y evolución apunta hacia la independencia del sujeto, muchos, quedan a mitad de camino o, ante una crisis, vuelven regresivamente a un estadio de desarrollo afectivo primario.

Hace un par de años recibí en mi consulta a un paciente con un alto nivel de angustia. Entre llanto y llanto pudo relatar que su pareja se había ido de viaje por negocios y él había quedado solo en el departamento donde ambos vivían. “*Es que Ud. no me entiende, él es mi mundo,*” me dijo más adelante en la entrevista.

Cuando le pregunté por amigos o actividades, las amistades eran las de su pareja y las actividades solo las hacían juntos, él carecía de intereses que lo estimularan. Ante una toma de decisión, no podía elegir por sí mismo y en todo debía contar con la aprobación de su pareja. Confesó ser muy desordenado con el dinero y cada sueldo que percibía, lo entregaba a su pareja para que se lo administrase. Entre los dos había solo dos años de diferencia, siendo mi consultante el menor. Hacia el final de la entrevista me quedó más claro que su pareja era *literalmente* su mundo.

Ahora, ¿Qué puede llevar a una persona a ser absolutamente dependiente de otra en semejante grado?

En varias sesiones fuimos trabajando las implicancias que puede tener en un adulto que el otro, su pareja, sea “su mundo”.

Si bien este hombre no había sufrido carencias durante su infancia, confesó que no se había sentido lo suficientemente querido y ahora, en su presente, buscaba lo que sentía que no había tenido. Pero que lo sintiera no indica que necesariamente hubiese sido así.

A veces, una errónea interpretación de situaciones tempranas lleva al armado de una fantasía, en la que una persona puede comportarse y demandar como si fuese un bebé.

El peligro está en encontrar un complementario que de alguna forma busque alguien a quien cuidar y lo que se arma es una relación que lejos de ser sana y madura, se construye sobre el imaginario padre/madre e hijo.

Si bien en toda relación se juegan estos fantasmas, están por lo general en un segundo plano y son reconocidos por los sujetos en cuanto se descubren actuando de forma inmadura.

En el caso de este sujeto, había un beneficio secundario en instalarse en ese lugar, no tenía que tomarse el trabajo de construir un vínculo afectivo con terceros, no tenía que pensar para decidir porque el otro lo hacía por él así como también se colocaba en un lugar de incapacidad al negarse a manejar su propio dinero. Sólo cuando pudo ver que tanta comodidad no le permitía soportar ni tres días consigo mismo con una angustia que no cedía pudo empezar a modificar algunas conductas. Después de mucho tiempo admitió que tal era su temor de que, a raíz de no poder manejar su dependencia su

pareja terminara dejándolo, que hasta había recurrido a la remanida frase “Si alguna vez me dejás, me mato.”

Esto suele generar en el otro un sentido de responsabilidad mayúsculo – si lo toma en serio – y facilita el sostén patológico de la relación. Solo se trata de estar atentos y preguntarse: ¿Cuán dependiente soy?

Lic Luis Formaiano