

¿Yo soy “yo” o soy “nosotros”?

Ayudando a los gemelos a ser individuos

Por la Dra. Lynn Perlman

Traducido por Gisela Dall’Orto

La Doctora Lynn Perlman es psicóloga y psicoanalista en Newton, Massachussets. Su gemela idéntica también es psicóloga y psicoanalista.

Uno de los grandes desafíos que enfrentan los padres múltiples, es el de apoyar a sus gemelos mientras tratan de balancear su dependencia y su independencia entre ellos.

Yo soy una gemela idéntica. Cuando cuento mi historia antes de entrar a la universidad, me encuentro usando el pronombre “nosotras”. Después de la universidad, uso el pronombre “yo”.

El tema de la identidad individual es un tema profundo para los gemelos.

Un programa de televisión mostró al aire un especial sobre trillizos. Un grupo de trillizas había participado, como individuos en un concurso de belleza. Otro grupo de trillizas participaron de un concurso de belleza como una persona y ganaron. No solo los múltiples tienen problemas relacionados con ser o no individuos, sino que también el resto del mundo tiene fuertes sensaciones al respecto.

Como psicóloga especializada en gemelos, descubrí que los gemelos expresan un amplio rango de ideas acerca de la gemelaridad y la individualidad. Algunos confiesan sentir que separados son menos que un ser humano completo, y que juntos son un ser humano inusualmente poderoso. También está el tema frecuente del gemelo “bueno” y el gemelo “malo”, como si al separarse uno se volviera la materialización de lo bueno y el otro de lo malo. Algunos gemelos expresan un temor a que sus padres confundan sus identidades como si fueran recién nacidos, y que nunca sepan distinguir quién es quién. Algunos describen a su gemelo como el otro lado de sí mismos. Incluso otros mencionan que cuando dicen que quieren estar con ellos mismos, en realidad quieren decir que quieren estar con su gemelo.

En psicología evolutiva y psicoanálisis aprendemos que la separación y diferencia entre uno u otro es un entendimiento que evoluciona lentamente. De acuerdo con esta premisa, todos comenzamos la vida como un todo, sin diferenciarnos de otros, desconociendo toda demarcación entre uno y el otro. Mientras nos desarrollamos psicológicamente, llegamos a entender que efectivamente estamos diferenciados y separados de aquello de lo que formamos parte alguna vez.

Cuando algunas personas ven a gemelos idénticos, pueden llegar a tener un sentimiento incómodo que deriva de un recuerdo inconsciente de no haber sido completamente diferenciado. Pueden reconocer un deseo de poder existir como individuo y aún no poder. En otras palabras, en gemelos, la gente puede ver la posibilidad de eliminar el dolor y la soledad de la individualidad aún siendo un individuo. Este potencial puede explicar la fascinación del mundo por los gemelos. Mismo los gemelos mismos sienten esta fascinación.

Una vez una gemela idéntica me contó esta anécdota: Estaba sentada en un salón de belleza en donde vio a dos gemelas idénticas sentadas una al lado de la otra charlando bajo los secadores de cabello. Las miró con fascinación y pensó “me pregunto cómo se sentirá eso”. Luego recordó que ella era una gemela idéntica. Lo que ella sintió fue el anhelo que experimenta todo el mundo de volver a un momento previo a la existencia de la separación y soledad, para ser uno con otra persona. Creo que al compartir el útero antes de nacer y antes de la separación psicológica, los gemelos pueden sentir de una manera infinitamente más intensa este anhelo.

Una de las fotos más ampliamente circulada estos últimos años demuestra tiernamente que el vínculo de los gemelos se origina en el útero. En 1995, un artículo de la *Worcester Gazette (Mass.)* titulado “**The Rescuing Hug**”^{*} describió la historia de gemelas nacidas prematuras que fueron puestas en incubadora, una práctica habitual. Tres semanas después del nacimiento una de las gemelas estaba en estado crítico; las enfermeras no podían estabilizarla y temieron que muriera. Con el consentimiento de los padres, pusieron

a las gemelas juntas en una misma incubadora. La gemela saludable se acurrucó a la gemela enferma y pasó su bracito alrededor de su hermana. En una fracción de minutos, los valores de oxígeno en sangre de la gemela enferma fueron los mejores que había tenido desde que nació.

La manera que estas (o cualquier gemelo) se movilizan desde una postura de “nosotros” a una postura de “yo” es una labor de la niñez y a veces de la adultez. Esta labor es difícil para cualquier ser humano y extraordinariamente más difícil para los gemelos. A través de interacciones repetitivas con nuestro entorno, comenzamos a descubrir quiénes somos a través de la separación de nosotros mismos del resto del mundo. La separación primaria es la separación de la madre.

Para gemelos y trillizos, sin embargo, el proceso se complica por el hecho de que deben aprender a distinguirse de un compañero constante. En la medida que su apariencia sea idéntica, el proceso será muchísimo más difícil. Este proceso comienza alrededor de los seis meses. Los padres descubren que un bebé que antes permitía que todo el mundo le haga upa, ya no lo hará más. A esto es a lo que llamamos “temor a lo desconocido” y esto implica que el bebé comenzó a separar a la gente, incluyéndose a sí mismo, unos de otros. Curiosamente, los psicólogos investigadores descubrieron que a menudo los gemelos de entre 6 y 10 meses parecerían percibirse el uno al otro si bien se mostraban adversos a mirarse. Es como si en esta etapa de separación inicial e individualización la presencia de alguien tan parecido a uno mismo fuera de alguna manera perturbadora.

Si los padres tratan a los gemelos como una unidad, es posible que obstaculicen el proceso de alcanzar una identidad individual, incluso para los bebés. En la medida que los padres puedan percibir y tratar a sus múltiples como individuos, mayores posibilidades tendrán sus niños de percibirse a sí mismos como individuos. Mientras más individualizado se sienta cada múltiple, más estable será su relacionamiento a lo largo de la vida. Desarrollarse como individuo no es una amenaza al vínculo de los gemelos, sino que contribuya a que su relación sea saludable.

La manera en que los padres ayudan a sus gemelos y trillizos a desarrollar su propia identidad debe hacerse observando a cada niño. Ninguna respuesta es ideal para todos los gemelos. Conozco muchos casos de gemelos con los que trabajé haciendo psicoterapia que describen un trauma severo por haber sido separados. También conozco muchos casos de gemelos que sufrieron trauma por no haber sido separados. Los padres deben evaluar las situaciones individuales. Con respecto a usar la misma ropa, compartir fiestas de cumpleaños, tener momentos de juego juntos, etc., observe a los gemelos como individuos y explore, con su ayuda, cual es el mejor interés para cada uno. A pesar de no tomar su apreciación como definitiva, el hecho de que sus intereses sean considerados ciertamente aumenta la posibilidad de tomar decisiones saludables para los niños gemelos.

La mayoría de los gemelos con los que trabajé expresan la sensación de ser gemelos como una bendición, más allá de las complicaciones que implica. Señalan que han tenido dificultades para las relaciones humanas. Al ayudar a los gemelos a ser individuos saludables, seguros con sus propias identidades y capaces de formar relaciones gratificantes y completas con los demás, también los ayudamos a armonizar unidad y separación. Finalmente, los gemelos pueden disfrutar de estar cerca de otra persona de una manera que no puede experimentar un no-gemelo, y satisfacen un intenso anhelo de la condición humana.

¿Yo soy un “yo” o un “nosotros”? Creo que en el caso de los gemelos, ambas cosas.

- N. de T.: “El Abrazo Salvador” – Nota del Editor: Para ver la foto de “The Rescuing Hug” visite el Sitio Web, www.planetdeb.net/musings/spirit/rescue.htm

Copyright 2004 TWINS Magazine. Prohibida su reproducción total o parcial sin permiso escrito. Todos los derechos son reservados.