

Esquizoides

Hugo Marietan

Alcmeon, Revista Argentina de Clínica Neuropsiquiátrica, vol. 15, N° 2, noviembre de 2008, págs. 144 a 149.

En compañía del silencio

Tenía un compañero en el secundario que parecía parte del mobiliario. Se sentaba en su banco y dejaba allí su delgada figura hasta que sonaba el timbre del recreo y se paraba en el patio, siempre en el mismo lugar. Recuerdo su mirada serena y fija. Y sus largos, infinitos silencios. Al principio, cuando llegó de otra escuela, tratamos de integrarlo, de hablarle. Él sencillamente contestaba con monosílabos y trataba de zafar de la conversación. Nos costó mucho entender que no era tímido. Cuando hablaba decía lo justo, con síntesis admirable. Aunque nunca se mostró agresivo se lo respetaba. Al tiempo, nos olvidamos de él. Pasó a ser parte del decorado del aula, cosa que no lo inquietaba, al contrario, parecía sentirse cómodo en esa posición marginal. Nunca supimos dónde vivía, si tenía hermanos, qué le gustaba y qué no. Cuando formábamos equipos de estudio él permanecía callado y tomaba apuntes de lo que discutíamos y, por lo general, dejábamos que él hiciera el resumen final. En eso era muy eficiente. Manejaba con exquisitez el idioma y era un maestro en la economía de frases sin desvirtuar el contenido. Lo felicitábamos por el trabajo pero permanecía tan impasible como

siempre. Cierta vez vinieron a informarle que el padre había tenido un accidente de tránsito grave. Eso nos impactó mucho a todos nosotros, un par de chicas no pudieron contener las lágrimas: él, serenamente, acomodó sus cosas e, imperturbable, se retiró del aula. Durante los dos años que compartió (bueno, es una manera de decir) el curso no le conocimos amigos ni 'novia', no jugaba en los equipos de fútbol, excepto cuando, obligado, lo hacía en las clases de gimnasia; no iba a bailar, no fumaba. Era talentoso en las redacciones para literatura y en ajedrez. No molestaba. No era simpático ni desagradable. Estaba. Pasados los años, cuando hacíamos la consabida reunión de egresados, él, por supuesto, no iba y nosotros tampoco nos acordábamos. No supe que fue de su vida y sólo los más memoriosos recordaban su apellido.

El esquizoide

Dice Kretschmer que el esquizoide no es ni triste ni alegre, es serio y oscila entre la hipersensibilidad y la anestesia afectiva. No sintoniza con el medio ambiente al que interpone frialdad y reserva. Distingue tres grupos de características: 1) insociabilidad, calma, reserva, seriedad, extravagancia; 2) timidez, generosidad, fineza de tacto, delicadeza, nerviosidad, excitabilidad; 3) flexibilidad, bondad, seriedad, apatía, embotamiento. Los rasgos del primer grupo son los más frecuentes.

Kretschmer asoció al leptosómico o longilíneo con este tipo de forma de presentarse en el mundo, el esquizoide; y observó que la esquizofrenia se presentaba con una evolución más grave (mayor defecto) en los leptosómicos.

Cartas comentadas

Amados por la soledad

Dr. Marietan: le escribo porque siempre leo su página, me parece muy interesante y le quería comentar sobre algo que me está pasando.

Hace tres meses tengo novio. Estoy enamorada. Él me invita para ir a su casa, para conocer a su familia, para ir al cumpleaños de su sobrina, y siempre le digo que no quiero asistir. La otra noche habíamos quedado en vernos y al rato me manda un mensaje diciéndome que yo no cene... que tenía una sorpresa. Entonces lo llame y le pregunte cuál era la sorpresa. Me dijo que quería que vayamos a cenar con la hermana y el cuñado; ya me había invitado para ir la noche anterior y le dije que no. Entonces me agarró un ataque de locura. Le dije que no quería ir, que él decidía por mí; que no me acepta como soy; que no respeta mi decisión y le dije que no quería verlo. Bueno lo trate mal y al día siguiente tampoco quise verlo.

Cuando nos vimos y hablamos (dos días después de este episodio) me dijo que me invitaba a salir con un amigo y la novia si yo quería, y yo le dije que no, que no me interesa conocer a nadie.

Pero, yo noto que no se si es que no me interesa: mi problema siempre fue poder relacionarme con la gente. Me cuesta, y es como que me da "miedo" conocer gente nueva. No se porque me pasa eso, en mi relación ante-

rior mi ex novio era como yo, no salíamos con otras parejas ni me exigía nada.

Bueno, mi novio me dijo que él me acepta como soy, pero que quiere saber porque soy así, porque no quiero conocer a nadie. Me dijo que entonces nos vamos a tener que ir a vivir a una isla.

Realmente siempre fui así, soy solitaria; me gusta estar sola, no me gustan mucho los compromisos, pero me doy cuenta que actualmente me trae problemas ser así aunque él dice que me acepta pero yo quisiera poder hacer lo que a él le gusta, poder satisfacerlo; aparte que se que no es "normal" ser como soy.

Soy antisocial, pensé que tal vez tengo fobia social, no se qué hacer ni qué pensar.

¿Cómo podría solucionar esto que me pasa? ¿Es raro que una persona sea así como soy yo?

Tengo 26 años, mi novio 32. Y no quisiera pelearme por esto, porque igualmente me sería difícil mantener relaciones con otras personas porque se que el problema es mío.

Rosalía

Rosalía:

Lo que planteas puede ser un "problema" o una manera de ser.

Existe un tipo de personalidad (de manera de ser en el mundo) que incluye muchos de los rasgos y modos de conductas que expresas en la carta: el tipo de personalidad introvertido.

El introvertido gusta de la soledad y, en consecuencia, le incomoda, lo desajusta, el contacto con otros, sobre todo si son muchos y más aún si son desconocidos. El introvertido, a su vez, introvierte. Es decir, es de acercarse (o mejor dicho da permiso al otro que se le acerque) a otra persona e invitarlo a estar solos de a dos, invitarlo a que se aleje de

los otros o que aleje a los otros de la relación. Es por eso que los introvertidos son de tener pocos amigos: uno, dos, exagerando tres. Y las parejas del introvertido deben acostumbrarse a que el mundo se reduce a dos personas. El que se relaciona con un introvertido, de a poco, comienza a notar que los colores sociales, del exterior, se les van apagando, hasta ser algo gris, sin importancia, indiferente. El introvertido va tejiendo a su alrededor una telaraña de soledades, lo va aislando. Eso no implica, necesariamente, que estar con uno de ellos sea aburrido, o que uno se aburra mortalmente: no, muchos de los introvertidos tienen un mundo interior muy rico (pero son muy tacaños en compartirlo). De a poco, a medida que transcurre el tiempo, mucho, van mostrando algo de ese mundo al otro, y a veces son muy agradables: pero de a dos. Si aparece "un externo", el introvertido vuelve a cerrar su coraza. No todos sirven como compañía a un introvertido, por ejemplo, los que necesitan mucho de estar relacionados, los que disfrutan de estar en grupos, en fiestas, de compartir con varios, no pueden estar en pareja con un introvertido, y si lo están sufren con esta forma de ser solitaria; a veces encuentran (si están muy enamorados del introvertido) un punto intermedio: conservan algo de su mundo social (al que no pueden llevar a su pareja) y cuando vuelven a casa, disfrutan de la isla especial que le prepara el introvertido.

Aclaremos rápidamente que esto *no molesta* al introvertido. La soledad es una condición de su forma de vida. No sufre por estar solo, ni se siente disminuido. Esto es muy importante, y lo diferencia, como veremos, del *tímido* y del *fóbico* y de algunos enfermos, como los esquizofrénicos.

Suelen ser, como es de esperar, de pocas palabras.

En las fiestas, gran molestia para ellos, o en los grupos, o en las aulas, están arrinconados, silenciosos, observantes y *calmos*. No preguntan, no hablan. Esperan que todo aquello termine de una vez, para volver a su cueva.

A veces, el introvertido se hace de un grupo. Y ese grupo es posible porque lo aceptan como es. Porque nadie lo molesta insistiéndole que hable o participe en algo. Lo dejan ahí: solo en medio de ellos. Al tiempo, el introvertido va abriendo un poco de su mundo, y hasta puede ser, con ellos, sólo con ellos y nunca en presencia de "externos", gracioso y ocurente. Pero *su* grupo es ese, y no otro. Los miembros del grupo deben tener mucha paciencia y tolerancia, y esperar...

Disfruta de la lectura, de la música, de la pintura, del cine, de los mundos de la imaginación. No son seres tristes, aunque algunos los confundan como tales. Parece que la vida, la de los otros, les pasa en paralelo, y ellos ahí, como indiferentes. Pero, repito, suelen ser muy observadores, y de callar sus observaciones.

Otro tema es el de los *tímidos*. Los tímidos son introvertidos a *su pesar*. Y *sufren* por no poder integrarse. Se aíslan dolorosamente. Tienen miedo de *enfrentarse* con los otros. La base de la timidez está en las sobre apreciación de la imagen personal, del orgullo, y en la *inseguridad*. Los tímidos, en realidad son soberbios; tienen *terror al ridículo*, a que su imagen quede deteriorada frente a los demás. Creen que si hablan en público, en un grupo, pueden decir algo inconveniente o estúpido. Y se retraen. Si tienen que hablar o participar se ponen colorados, se traban, se bloquean.

En las fiestas se los ve apartados o pegados a "sus amigos" que ya lo conocen. Y, si toman alcohol, por ejemplo, se "destraban" y se integran. Muchos adolescentes tímidos

usan el alcohol y las drogas blandas, marihuana, para conseguir integrarse, como una medicina social.

El *fóbico social*, no tiene grandes problemas en integrarse a pequeños grupos, pero lo traba enfrentarse a grupos grandes (desde exponer frente a sus compañeros de aula hasta dar una conferencia). La mar de malestares físicos: temblores, taquicardia, sudoración, hipotensión, mareos, movimientos intestinales, imperiosa necesidad de orinar, lo atacan antes de presentarse en público, y a veces varios días antes del evento. Es una tortura. Y es probable que, una vez iniciada la exposición, se relaje y la pueda dar sin mayores problemas. Pero, las angustias previas a esto, se les hace insoportable.

La timidez y la fobia social, tienen un tratamiento específico, los psicólogos, sobre todo los cognitivistas y las psicoterapias de apoyo, tienen técnicas específicas para estos casos y, con un poco de paciencia, y valentía, mejoran mucho, o al menos para tener una actividad social aceptable.

Los solitarios aman el secreto, cuidan celosamente su intimidad, y sólo se permiten abrirse cuando han testeado varias veces a la persona. Cuando le han contado algún secreto (sin importancia al principio) y han comprobado que no los difunde a los demás. Que alguien comente sus intimidades es, para el introvertido, alta traición y motivo de ruptura de la relación. Son leales a sus secretos, y cuando los revelan piden la misma lealtad.

Existen otros casos de introversión y aislamiento, pero ya corresponden a patologías más serias, ya psiquiátricas (esquizofrenias, por ejemplo), pero sale del rango de la carta de la consultante.

Dr. Hugo Marietan

El tímido serio

Buenas noches Dr. Marietan

Reconozco que soy muy tímido, y serio, a veces extremadamente, y me cuesta empezar una conversación. Pero sé que no soy mala persona, pues nunca hice daño deliberado a nadie en la vida. Por el contrario a veces pienso que ésta es una defensa hacia mi entorno para ganar respeto, me refiero a la seriedad que demuestro. La pregunta que emerge de mi entorno es: ¿estás molesto o renegando por algo? Y al ser incomprendido logran que la molestia en mi ocurra; pareciera que mi semblante inspira ese concepto. Trato de ser amable con las personas pero cuando me empiezan a conceptuar de esa forma, creo que por cansancio, en vez de cambiarlo como hacía antes, lo hago peor para darles la razón de una buena vez.

Consulte con un profesional psicólogo y me dijo que tenía que resolverlo yo y que todo estaba en mí. Y no pude ir más, pues este servicio lo cubre el seguro de mi trabajo y son consultas muy rápidas que a veces no dan lugar a poder contar todo a detalle; también lo hice con un psiquiatra me receto antidepresivos por el lapso de un mes. Me ayudo en algo, pero no me siento bien; ahora creo que mi alma se enferma cada día más y eso me angustia.

Me cuesta mucho ser hipócrita. Me molesta la injusticia evidente, y nunca puse el pie para que alguien tropezara y cayera. Necesito su ayuda en saber qué tipo de persona soy o me recomiende alguna lectura o tratamiento para este problema. Necesito saber si el problema soy yo, como parece ser, y que debo hacer para solucionarlo. Apelo a su conocimiento de excelente profesional, como se pude evidenciar en sus espacios en Internet, que son muy edificantes, a mi pobre entender en la materia.

Lo saludo respetuosamente. Manuel.

Manuel:

Cada uno tiene un tipo personalidad.

La personalidad es la imagen que transmitimos a los demás.

Esa imagen es en parte voluntaria (cuando representamos cierto rol) y en parte involuntaria (esto responde a nuestro temperamento, que es heredado y nos da el clima de fondo de nuestra afectividad. Ser agresivo, irritable, pacífico, cariñoso o serio, responde a esta herencia).

El temperamento es la materia prima con que venimos al mundo. Luego la educación, la cultura, el medio moldea esa materia prima y nos da el carácter, esa manera de ser permanente que tenemos. Después la personalidad muestra parte de estos dos estados de acuerdo a las circunstancias.

Es decir, tenemos conductas de origen genético y conductas de origen cultural.

La manera de ser de origen genético es inmodificable en su esencia. Todo lo aprendido (lo que da el carácter, las maneras de comportarse que nos enseñan) eso sí puede ser modificado a través de la psicoterapia o del ejercicio de la voluntad.

Con lo temperamental, inmodificable, lo que podemos hacer es "taparlo" en parte con el carácter, con lo enseñado.

Si uno tiene el temperamento flemático: "serio", responsable, poco expresivo, seguirá así, en esencia. Pero lo puede "tapar" aprendiendo, artificialmente, a comportarse "como si" fuese más sociable, más cariñoso, más sonriente, más relacionado con la gente. Es decir, trabajando esa materia prima. Para otros, estas características, si son innatas, surgen como agua de manantial, espontánea, abundante. Pero para el serio es un trabajo. Es algo laborioso, no natural, esforzado. Pero

que, a su vez, lo necesita para relacionarse de una manera más plástica con los otros.

Esto requiere de un entrenamiento con un psicólogo de la conducta. Alguien que se dedique al trabajo de la "imagen personal". No un psicólogo general, sino alguien especializado en esto.

Espero haberlo ayudado,

Saludos

Matrimonio de esquizoides

En una ocasión me tocó asistir a una esquizoide: delgada, de huesos pronunciados, mirada fija, facies de indiferencia, 35 años, casada, una hija. Le hacía preguntas y ella contestaba con monosílabos, por sí o por no. Luego, largos silencios. No se mostraba incómoda en estos silencios. A propósito dejé que el silencio se estirara varios minutos: nada. Seguía allí, impasible. No podía llegar a la información del motivo de la entrevista. Busqué otro medio de expresión: le extendí una escala de Beck para la depresión y le pedí que escribiera. Lo hizo. Y sobre esas respuestas fui repreguntando, tratando de escalar los monosílabos y las frases magras. Una hora después sólo había llenado media carilla. Le dije que la esperaba en la próxima sesión. 'Bueno', dijo, y se fue.

Y a la semana siguiente me encontré con el mismo panorama. Sus ojos azules, calmos e inexpresivos mirándome. Para no aburrir al lector, diré que a las cinco semanas pude reunir la siguiente información: no quería a su esposo y no sentía nada por su hija (de 7 años), y quería saber si eso era normal después de 12 años de casada. La rutina del matrimonio era la siguiente: el esposo volvía del trabajo y desde la puerta mascullaba algo parecido a un saludo (él también era esquizoide). Ella contestaba con un gesto sin levantarse de su

lugar. Él se higienizaba y luego se sentaba a mirar televisión. La hija de ambos, mientras tanto, mendigaba algo de afecto del padre. Este se limitaba a acariciarle la cabeza. Luego cenaban en silencio, sin protestar ni alabar la comida. Él se retiraba a dormir, ella lavaba los enceres, acostaba a la hija y se echaba sobre la cama. Él, sin decir nada, se le subía encima y realizaba el coito, luego se echaba a un costado y dormía. Amanecía y todo se repetía.

"No quiero a mi hija; la odio", me dijo cuatro meses después. La hija, que a veces la acompañaba, era una dulzura de nena, cariñosa con todos, muy sociable. Al preguntarle por ese sentimiento negativo hacía la niña, se limitaba a decir que "era la hija de él; y a él no lo quería". El marido nunca se enteró de esto.

"No me separo porque no tengo dónde ir", justificaba. Y cerró su caparazón y abandonó la terapia: le había dicho a alguien lo que nunca se animó a decir. Y se fue.

¿Son psicópatas los esquizoides?

Ante esta pregunta repetimos, como en otras ocasiones que se refieren a tipos humanos: ser esquizoide o introvertido no implica psicopatía. Para que un esquizoide sea psicópata debe tener los rasgos básicos de la psicopatía: necesidades especiales, formas atípicas de satisfacerlas y cosificación. Mientras no tenga estos rasgos, es sólo un tipo de personalidad que trascurre en el mundo.

¿Cómo es un psicópata que es a su vez esquizoide?

El esquizoide que es, a su vez, psicópata, es uno de los más enigmáticos: no larga ningún tipo de información sobre su mundo interior, su conducta es retraída. Y son los más difíciles de descubrir. Todos los actos psicopáticos lo hacen solos, sin jactarse de ellos, sin compartirlos. Diseñan toda la acción psicopática en soledad, y la ejecutan sin testigos, y, si son organizados, sin dejar ninguna evidencia. Muchos actos psicopáticos realizados por esquizoides jamás se han descubierto. A menudo suelen ser poco sensibles y muy desconsiderados del sufrimiento ajeno.

Elijen profesiones solitarias, que no dependan de jefes o estén en relación con personas. Prefieren los laboratorios, las morgues, los cementerios, el cuidado de parques, ser serenos: el trabajo en soledad.

Cuando son apresados no se resisten y llevan su mundo de soledades a la cárcel. Imperturbables y ajenos.