

En la era de Facebook y Twiter. Recordatorios de la pérdida después de la fractura familiar

Por CATHERINE SAINT LOUIS 14 de junio de 2012



Jessica de Manhattan está enojada porque su padre la sigue en línea.

No hace mucho, los distanciamientos entre miembros de la familia, a pesar de la angustia que pueden causar, podrían significar un descanso bastante limpio. La gente cortó el contacto, nunca más se supo de él a menos que se reconciliaran.

Pero en un mundo de redes sociales, el distanciamiento se está redefiniendo, con nuevas complicaciones. Los parientes pueden obtener visiones vívidas de las vidas de los demás a través de actualizaciones de Facebook, feeds de Twitter e imágenes de un nieto en Instagram o una cena de ensayo de bodas. Y esos destellos a menudo son recuerdos dolorosos de lo que han perdido.



"Con frecuencia escucho, 'escuché de alguien más que lo leyó en Facebook que mi hijo acaba de casarse' o 'mi hija acaba de tener un hijo y ni siquiera sabía que estaba embarazada'", dijo [Joshua Coleman](#), un psicólogo en el área de la bahía que escribió un libro sobre el alejamiento, "Cuando los padres lastiman".

"Hay cosas que los padres asumen durante toda su vida que estarían allí, luego oyen de una manera muy pública de tercera mano al respecto, y agrega una capa de dolor y humillación", dijo.

No existen datos sobre el número de alejamientos familiares a nivel nacional, o si están en aumento. Pero los expertos en general están de acuerdo en que las divisiones familiares, entre padres e hijos o hermanos, pueden llevar a la depresión, las disputas matrimoniales, la adicción e incluso el suicidio.

Vera Shelby, directora de [Healing Estranged Relationships](#), un grupo de apoyo con capítulos en Texas y Colorado, **dijo que el distanciamiento tiene sus propias etapas de duelo. "Esto es casi peor que la muerte, porque cuando ellos se han alejado de ti, que no se han ido," dijo la señora Shelby, de 67 años, cuya hija se negó a hablar con ella durante cuatro años. (A diferencia de la Sra. Shelby, la mayoría de las personas entrevistadas para este artículo que están distanciadas de sus padres o hijos no querían que se utilizaran sus nombres completos).**



Una mujer llamada Mary, una empleada del condado en Florida, ha aguantado dos largos períodos cuando su hija dejó de hablar con ella. El primero, que comenzó en 1997, fue desgarrador, pero dijo que no era tan agonizante como su actual estancamiento de 10 meses.

"No sabía todos los meses y años de lo que estaba haciendo", dijo Mary, y agregó que su hija la interrumpió porque no aprobaba a su novio. "Fue más fácil porque no hubo recordatorios".

En 2005, se reconciliaron durante seis años, pero la hija, que ahora está casada con ese novio y tiene un hijo pequeño, de nuevo dejó de hablar con ella hace 10 meses por razones que Mary no comprende. Mary, que se unió a Facebook en 2008, ahora se retuerce cuando revisa su fuente de noticias.

"Estás viendo a otras personas disfrutando de tu hija y el nieto que se supone que tienes, y te dejan en el frío", dijo Mary. "Debo ver fotos de mi nieto, que no obtuve, en la página de la cuñada de mi hija".

Su desavenencia también se desarrolla frente a familiares y amigos, de una manera humillante. **Cuando el hijo de Mary, de 21 años, tomó el lado de su hermana y cortó el contacto por unos meses, no solo la sacó de su lista de amigos, sino que también la desheredó en Facebook. "Era un pequeño fantasma blanco donde su cara solía estar en mi perfil", dijo.**

Algunos padres dijeron que no podían ayudar, sino que verificaban en línea a sus hijos distanciados, en busca de pistas para descubrir el misterio de por qué fueron cortados. **Si el hijo de un padre los ha bloqueado en Facebook, podría enviar una solicitud de "amigo" a los conocidos de su hijo, seguirlos en Twitter o realizar búsquedas en Internet para averiguar dónde van a la escuela sus nietos.**

"Esta es una pregunta común en mi sitio web: si es más doloroso colarse en Facebook o no, o simplemente mantenerse alejado", dijo Elizabeth Vagnoni, una documentalista que dirige un foro de discusión en línea para padres con niños alejados - actualmente con más de 2,200 miembros - en estrangedstories.ning.com. Ella pasó por episodios de silencio con su madre durante más de una década, y ahora tiene dos hijos separados. "Ahora vivo sabiendo exactamente cómo hice sentir a mi madre", dijo la Sra. Vagnoni.

Para aquellos que esperan reconciliarse, la investigación en línea puede ser contraproducente si se percibe como un espionaje, dijo Monica McGoldrick, terapeuta familiar y directora del [Instituto](#) de la [Familia Multicultural](#) en Highland Park, Nueva Jersey. Para ser madre, dijo: "Si alguna vez existe" llega un día en que ella y su hija tienen una conversación, ¿qué va a decir? "

Las personas que usan las redes sociales a menudo son conscientes de que sus parientes distanciados están mirando.

Hace una década, Jessica, una residente de Manhattan de 27 años que trabaja para una empresa de marketing, dejó de hablar con su padre, un alcohólico, después de mucha agitación. (Poco después de que se volvió a casar cuando Jessica tenía 10 años, ella lo llamó y le dijo: "Puedes divorciarte de tus esposas, pero no puedes divorciarte de tus hijos". Su respuesta, ella recordó: "Ojalá pudiera").

Ella envía mensajes de Twitter por trabajo y por diversión, y sabe a través de otros parientes que su padre la sigue: su dieta vegana, su agenda de viaje, su vida social. Le enoja, aunque reconoce que cualquiera puede ver sus publicaciones.

"No quería que le dijera a la familia extensa lo que estaba aprendiendo en línea sobre mí porque 140 personajes no cuentan toda la historia", dijo. Armado con detalles, le había tergiversado a su madre, con quien Jessica habla a menudo, cuán cerca estaba de ella.

"Eso ha sido una frustración", dijo. "Fue entonces cuando me di cuenta de lo espeluznante que es el espacio digital".

Después de volver a conectarse con su padre biológico en 2008, Lori, una niña adoptada en Brooklyn, se volvió cada vez más preocupada y luego alarmada por el tono agresivo de sus correos electrónicos, en los que la acusaba de falta de respeto y de no mantenerse en contacto.

Finalmente decidió terminar todos los contactos en 2009. Bloqueó sus llamadas telefónicas y correos electrónicos, negó la solicitud de Facebook de su padre y dejó a su sobrina como amiga de Facebook. Lori, de 37 años, sigue agonizando por la decisión. "Tengo mucha culpa por romper", dijo, pero agregó: "No le debo a él ser su seudófana".

A veces las personas usan las redes sociales para abalanzarse entre sí desde lejos. [Mark Sichel](#) , un psicoterapeuta de Manhattan que escribió "Healing From Family Rifts", dijo que ***el hijo de un cliente había publicado detalles en Facebook este mes sobre su pelea***. El Sr. Sichel también ha aconsejado a una pareja de altercados cuyas soleadas publicaciones en Facebook están calculadas para molestar a la madre de su esposo. Su persona en línea, dijo, es "una farsa".

A menudo, el distanciamiento no rompe una sola relación, sino que obliga a los familiares a elegir lados, lo que lleva a otras divisiones: por ejemplo, las tarjetas de cumpleaños enviadas por un abuelo nunca se pueden pasar a los nietos.

En este contexto, las redes sociales sí ofrecen la esperanza de que el alejamiento no necesariamente tenga un efecto dominó.

"Digamos que tu hermano no te habla, pero ha crecido como un niño; puedes 'amigo' en Internet", dijo el Dr. McGoldrick. Su filosofía: "Incluso si alguien decide no tener una relación conmigo, nadie tiene derecho a decirme con quién no puedo tener una relación".

www.psicoadolescencia.com.ar

El Sr. Sichel, cuyos padres lo interrumpieron en 2001, es escéptico. **"No creo que Facebook ayude a sanar las relaciones familiares", dijo. "Simplemente agrega una nueva dimensión de chismes, rumores y visuales".**



Una posible solución es simplemente cerrar cuentas de Facebook para evitar el dolor. Pero eso es difícil de hacer en la práctica. "Me asusta cerrarlo", dijo Mary, cuyo corazón se hundió cuando vio un video reciente de su nieto y lo escuchó riendo.

"De una manera extraña, siento que puedo hacer algún tipo de conexión, incluso si es a través de una pantalla de vidrio", agregó. "Sé que no es real, pero es mi último hilo al que me aferro".