

Teoría del apego y psicoterapia. En busca de una base segura

Autor: Holmes, J

Título en la edición original:

Holmes, J. (2001). *The search for the secure base. Attachment Theory and Psychotherapy*. London. Edit. Taylor & Francis group. Psychology Press.

Edición en español:

Holmes, J. (2009). *Teoría del apego y psicoterapia. En busca de la base segura*. Jeremy Bilbao. . Editorial Desclée de Brouwer.

Comenta: Miguel Maldonado Pedreros

“A nivel teórico empecé pensando que Edipo era un parricida incestuoso, en cambio en la actualidad suelo centrarme sobre todo en que Edipo fue un niño abandonado por sus padres; al principio veía a Narciso como alguien enamorado de sí mismo, ahora pienso que es alguien que vive pendiente de su imagen para conjurar la amenaza de rechazo y de ser destruido.”

(Ramón Riera)

Acerca del autor



Psiquiatra británico nacido en Londres en 1943. Psicoterapeuta Psicoanalítico. Psicoterapeuta consultor en North Devon. Profesor visitante de la University College London (2002-2008) y miembro fundador de la maestría en Psicoterapia Psicoanalítica. Profesor visitante de la Universidad de Exeter (2004 – a la fecha). Autor de *John Bowlby and Attachment Theory* (1993) y *Exploring in Security* (2010) además de numerosos artículos vinculados al apego y la psicoterapia.

Reseñar un libro sobre apego y Psicoterapia, nos remite a la compleja relación que existe entre la teoría del apego y el psicoanálisis. Como apreciamos en el epígrafe de Ramón Riera (2001), las dos teorías parten de bases diferentes: la seguridad una y el deseo la otra. Sin embargo, pensamos que además de lo teórico, también es complejo

porque hemos venido entendiéndonos y entendiendo a nuestros pacientes desde la metapsicología psicoanalítica; pasar a hacerlo desde la teoría del apego, implica también una relectura de nuestro trabajo y una nueva forma de entender a nuestros pacientes. Pero también es cierto que la teoría de apego es propuesta y desarrollada por psicoanalistas quienes piensan que aportan al psicoanálisis; de ahí la gran cantidad de trabajos que aspiran a una convergencia entre ambas. Este libro es un intento más de buscar esta convergencia en el marco de extender la teoría del apego al ámbito de la terapia de adultos.

El autor nos refiere en el prefacio que hay tres propósitos que lo motivan a escribir este libro. El primero, adoptar una perspectiva integradora entre las contribuciones del psicoanálisis y la teoría del apego, con la esperanza de que cada disciplina pueda iluminar a la otra. El segundo, analizar, partiendo de la gran aceptación de la teoría del apego que es muy usada para el trabajo con niños y familias, cómo esta podría “enriquecer y dirigir” (Pág. 10) la psicoterapia de adultos. Y el tercero, mostrar y desarrollar el vínculo que existe entre el apego y la narración, en el sentido que la vida psicológica para el autor, queda reflejada en historias. Pasaremos a reseñar algunos capítulos del libro que nos permitan entender estas tres motivaciones.

El libro consta de un prefacio y 12 capítulos. En los capítulos 1 y 2 hace una síntesis de las principales aportaciones realizadas por los teóricos del Apego con miras a su utilidad para una psicoterapia de adultos; en los capítulos 3 al 7 y el 9, desarrolla las coincidencias y diferencias tanto teóricas como técnicas entre el psicoanálisis y la psicoterapia de adultos basada en la teoría del apego, desarrollando esta última y presentando algunas viñetas a manera de ejemplo; en el capítulo 8 desarrolla el tema del apego y la narrativa en psicoterapia. En el capítulo 10 habla sobre el arte, apego y psicoterapia; en el capítulo 11 sobre el dinero y psicoterapia para terminar en el capítulo 12 tratando sobre las finalizaciones en psicoterapia.

En el capítulo 1 hace un paralelo entre la inmunología en medicina y en las enfermedades mentales, planteando que estas últimas se generan en gran parte por el riesgo al que se exponen los sistemas de seguridad, por lo tanto el desarrollar un apego seguro, podría proteger frente a la aparición de las enfermedades mentales. Ello debido a que este tipo de apego, proporciona la seguridad emocional indispensable para un buen desarrollo de la personalidad, léase un equilibrio en la autoestima, una apertura a la validación externa sin depender completamente de ella, el establecer relaciones recíprocas teniendo la fuente más fiable de sentimientos positivos dentro de uno mismo; lo que permite establecer relaciones más calidas, estables y relaciones íntimas satisfactorias.

Continúa en el segundo capítulo, presentando los “*seis principales dominios*” (Pág. 25), que pueden ser aplicados como herramientas de comprensión y sentido en la psicoterapia. Estos son: la base segura, la exploración y disfrute, la protesta y el enfado, la pérdida, los modelos internos de trabajo, para terminar con la función reflexiva y la competencia narrativa. El autor puntualiza que el libro va a mostrar la aplicación de estos temas – cual contexto teórico- para el trabajo terapéutico con adultos basado en la teoría el apego.

Para Holmes la base segura es el primero y más importante de los dominios, señalando que es imposible sobrevivir sin algún tipo de base segura. Esta se desarrolla cuando el

recién nacido reacciona a experiencias de amenaza con determinadas conductas que generan una respuesta del cuidador, la cual trae como resultado en el recién nacido un estado psicofisiológico. La repetición de estas situaciones terminan por establecer el tipo de base segura, que a nivel psicológico, genera seguridad en el recién nacido, en el sentido que donde hubo una situación caótica, se restablece el orden o que “*todo está bajo control*”, “*todo marcha o irá bien*”; mientras que a nivel fisiológico se produce la relajación, el sentirse saciado, tranquilizado, una respiración regular y la calma.

El autor menciona que en un principio se tomaba esta situación como una figura externa conductual, pero ahora se considera como una representación de seguridad dentro de la psique del individuo, donde permanecerá como una zona interna de base segura a la que en adelante la persona se dirigirá frente a situaciones de stress. Por esto es que recalca que para la supervivencia psicológica, se requiere de algún tipo de base segura, las respuestas del cuidador que se relacionan con ella incluyen “*la responsividad, la coherencia, la fiabilidad, la sintonización, la capacidad de absorber la protesta, la mentalidad mental y la habilidad de ver a la criatura angustiada como un ser autónomo y sensible con sentimientos y proyectos propios*” (Pág., 27).

Sin embargo, la base segura puede estar comprometida tanto por las limitaciones de los cuidadores como por las cualidades de la criatura para “*elicitar*” esa seguridad, por lo que dentro de la base segura se pueden dar tanto un apego seguro como inseguro del tipo evitativo, ambivalente o desorganizado. Esto se puede comprender cuando hablamos a veces de personas que se “*refugian*” en algo, a manera de ejemplo, el alcohol, las drogas, el trabajo o una relación de pareja. Por lo que podría darse el caso que, conductas autodestructivas o perjudiciales puedan ser vividas como generadoras de seguridad, por que producen una sensación de calma o evitan una vivencia peor.

Holmes remarca que es a partir de la “*Situación del extraño*” y la “*Entrevista de Apego Adulto*”, que se pueden apreciar los patrones inseguros de la Base Segura, por ejemplo:

El individuo evitativo permanece suficientemente próximo al cuidador desdeñoso para lograr cierto grado de protección, pero no tan próximo como para llegar a sentir el dolor pleno del rechazo. Las personas ambivalentes se aferran a sus cuidadores de modo que no estén tan a merced de sus incoherencias (...) en los individuos evitativos se compromete la intimidad, mientras que los preocupados (ambivalentes) limitan su autonomía al servicio de la seguridad (Pág. 29).

Asevera que las variantes de apego inseguro son por lo general compensaciones y se caracterizan por una autoestima precaria, por lo que es de esperar que no alcancen el estado de Base Segura plena.

En el caso de los Modelos Internos de Trabajo, el autor empieza planteando que es una teoría, una propuesta de estructura de la mente, y que al igual que para el psicoanálisis la representación interna se describe como un mundo interno poblado de objetos internos relacionados entre ellos; para Bowlby los modelos internos de trabajo se entienden como un lenguaje de acción, como un constructo más cognitivo que el mundo interno psicoanalítico, mucho más cercano a las memorias implícitas o procedimentales. que se estructuran en los primeros años de vida, en el ámbito de los tipos de apego y de estructuración de la base segura.

El autor pone como ejemplo que en el marco de las relaciones de pareja, cada miembro aporta su modelo interno de trabajo, y cuando se sienten atraídas entre sí es porque se da algún tipo de “encaje” entre ambos modelos. Sin embargo en el caso de las tres principales variantes del apego inseguro, cada una buscará la que pueda tolerar las características de su modelo interno de trabajo, lo cual traerá restricciones que generarán infelicidad, que en el mejor de los casos, es la que los llevará a buscar ayuda al generar la esperanza de trascender los viejos patrones. Termina sus comentarios sobre este dominio refiriéndose a las personas con apego desorganizado, que por lo general coinciden con los pacientes que padecen trastornos limítrofes. A ellos les es difícil mostrar un patrón coherente al que sus parejas puedan adaptarse, de allí que tiendan a establecer relaciones muy inestables.

En cuanto al dominio de la función reflexiva, nos dice que esta se muestra en la “*Entrevista de Apego Adulto*” en una relación muy cercana con el apego seguro en “*la capacidad para hablar con coherencia y cohesión sobre uno mismo y las propias dificultades*” (Pág. 37). Siendo esta función muy importante para el trabajo psicoterapéutico, el cual el autor entiende como un proceso narrativo que se desarrolla conjuntamente entre el terapeuta y el paciente, un diálogo sobre el paciente, sobre su vida y la relación que establece con el terapeuta; siendo uno de los objetivos de la terapia que el paciente aprenda a ser auto reflexivo, recurriendo para esto al trabajo en la transferencia, como nos dice “*cuando mediante el lenguaje pueden explicitarse las representaciones, estas se hacen disponibles para la meta cognición o para “pensar en el pensar” y por ende para su modificación*” (Pág. 37)

Termina este dominio resaltando los rasgos de la teoría del apego que contribuyen a la práctica psicoterapéutica, empezando porque, al ir de las conductas observables a las representaciones mentales, integra perspectivas psicodinámicas, cognitivas y conductuales. Además la relación terapéutica está determinada por la necesidad del paciente de buscar y hallar una base segura, por lo que el buen terapeuta debe promover un apego seguro siendo responsivo, sensible, coherente, fiable y con mentalidad psicológica. Ofrece desde “*La Entrevista de Apego Seguro*” una base teórica para el relato, escucha y comprensión de las historias que es el núcleo de las sesiones terapéuticas, el que se complementa con la clasificación de apegos seguros, evitativos, ambivalentes y desorganizados como una nosología para la formulación psicoterapéutica.

En el capítulo tercero busca un lenguaje compartido entre la teoría del apego y el psicoanálisis, el cual piensa que es ahora más factible, porque dentro del psicoanálisis se está dando un reconocimiento a la centralidad del trauma sobre todo para las patologías limítrofes, así como por el desarrollo de la escuela interpersonal que ha surgido desde los trabajos de Winnicott y Sullivan, Holmes enmarca la teoría del apego como una variante de la teoría de las relaciones objetales.

Señala algunos puntos de encuentro entre el psicoanálisis y la teoría del apego, como por ejemplo, que para ambas la explicación de las conductas externas requiere de complementarse desde sus correlatos en el mundo interno de la persona; ambas entienden que nuestros pensamientos y acciones están modelados por fuerzas sobre las que tenemos escaso control, y que a menudo son inconscientes. Por último, que hay una continuidad entre los patrones relacionales de la infancia y los patrones de la vida adulta.

Remarca que para la teoría del apego, las necesidades de apego se mantienen a lo largo de la vida, por lo que de un modo “*inconsciente automático*” los adultos buscan su base segura, dirigiéndose a las figuras o situaciones de apego en momentos de estrés, amenaza o enfermedad. Por ejemplo, los diferentes tipos de apego como el inseguro, evitativo e incoherente, encontrarían un correlato en las patologías esquizoide, histérica y límite, respectivamente.

La terapia de apego, no consiste solo en ofrecer una base segura para el paciente; si no que también se relaciona con la empatía, responsividad, con la diferenciación del terapeuta – capacidad para tener mente propia y trabajo en la transferencia- y con los modos en que los pacientes manejan el ritmo del apego y la separación que es integral en la relación terapéutica. Tal como señala el autor: “*Solo en el contexto de un objeto hallado, perdido y reencontrado es que un paciente puede acceder al desarrollo de la autonomía – una sensación del self a la que puede recurrir en los momentos de stress*” (Pág. 63)

Termina añadiendo que algo que no le ha dado suficiente atención el psicoanálisis, y que ha sido demostrado en investigaciones vinculadas a la teoría del apego, es que el desarrollo del cerebro, en especial de las áreas que permiten la empatía y la sensibilidad se desarrollan en el marco del apego, por lo que toma el vínculo de apego como un estado psicofisiológico.

En el capítulo cinco después de presentar una interesante revisión de las concepciones de cambio según diferentes corrientes en psicoterapia y psicoanálisis, Holmes pasa a presentar cómo se entiende el cambio desde la teoría del apego. En el caso de la teoría de apego, la tarea inicial consiste en establecer una base segura para el paciente en la terapia. Solo una vez establecida se podrá afrontar, abordar y examinar otros sentimientos, trabajándolos de manera dinámica. Esta perspectiva exige la disposición del terapeuta para intentar una y otra vez restablecer el vínculo con los pacientes para poder aspirar a lograr un cambio. La idea es crear una base segura, en un principio en el espacio terapéutico, y posteriormente como representación interna del paciente.

En el capítulo seis relaciona el tipo de apego desorganizado con el concepto de la falta básica de Balint. Establece una coincidencia temporal entre el desarrollo de la corriente de las relaciones de objeto dentro del psicoanálisis con el desarrollo de la teoría del apego entre los cincuenta y sesentas, partiendo del concepto de la falta básica de Balint (1950) pasando por Winnicott, Segal, Rosenfeld y Bion. Rescata que Balint se inclinaba hacia una teoría relacional de la mente orientada -como Ferenczi lo hacía- más al déficit que al conflicto, basada en la falta de encaje entre el cuidador y el niño. Termina planteando que la falta básica es la correlación clínica del apego desorganizado.

En el capítulo siete el autor nos menciona que un axioma central de la teoría del apego es que, al igual que el lenguaje, la vida emocional tiene un origen fundamentalmente biológico pero también es aprendida, experimentada y vivida en un contexto relacional. En sus palabras:

“En este capítulo se examina cómo nuestro modo de hablar sobre nosotros mismos y nuestros sentimientos – y, en definitiva, el modo en que nos experimentamos a nosotros mismos y a nuestras relaciones- se transmite de generación a generación y también puede ser transmutado mediante el proceso de psicoterapia” (Pág. 114)

Este es un punto trascendental para el autor, donde muestra cómo el trato recibido durante la infancia se vincula con el estilo narrativo de la edad adulta y es con este estilo que llega el paciente a terapia, por lo que va a ser una herramienta para ubicar o diagnosticar al paciente según el tipo de apego estableció, así como también su evolución y posible curación.

Pasa a reflexionar cómo una generación modela la arquitectura psicológica de la siguiente; empieza por revisar algunas propuestas de cómo se da esta transmisión dentro del psicoanálisis para después proponer como esta se entiende desde la teoría del apego. Nos dice que para Freud la identificación era central para la vida psíquica, constituyendo el núcleo del eje de transmisión intergeneracional; mientras que para Klein y Fairbairn el mundo interno o representacional incluye los objetos introyectados – los buenos y los malos- de los primeros años de vida de la criatura. Estos conforman una planilla de self-otros que actúa como modelo para las consiguientes relaciones, pudiendo el individuo identificarse con cualquiera de los polos de estas valencias, pasivo-activo, víctima-abusador, semejanza-oposición, etc.

El autor cuestiona que en estos modelos, no esté bien articulada la relación entre los factores externos –manejo parental, cultura, ideología- y el mundo interno de fantasía y sentimiento. Por contraste para él:

“...la teoría del apego es un modelo explícitamente relacional en el que a priori no existe un modelo interno sobre el que se inscribe cierto grado de influencia externa. La relación estará presente desde el comienzo, y las constricciones de diferentes patrones de apego son las que determinan identificaciones más o menos adaptativas. Existe un proceso interminable de patrón interactivo que se actualiza a lo largo de generaciones, por lo que conceptos como el self o identificación son abstracciones de este proceso”. (Pág. 116).

Sin embargo, Holmes rescata que estas ideas ya se presentaban dentro del psicoanálisis en Bion, Bowlby y Winnicott quienes, aunque en forma diferente, mostraron interés por un modelo que sin llegar a ser relacional, entienden este proceso de una manera interactiva o interpersonal en la que participan tanto el progenitor como el bebe.

Termina el capítulo explicando la transmisión intergeneracional desde la teoría del apego. Para esta, el primer lugar y el más importante en esta transmisión intergeneracional es el “reflejo maternal”, que se da cuando una madre sintonizada ayuda a la criatura a identificar sentimientos mediante el reflejo de la conducta. Este reflejo tiene dos características: es exagerado y contingente. El autor lo explica de la siguiente manera:

“La primera, la expresión facial de emoción de la madre se “señaliza” mediante la exageración, de modo que el bebé pueda ver que son los sentimientos “interpretados” no reales. La segunda, que son contingentes con los sentimientos del niño, de modo que surgen cuando la criatura parece estar experimentando una emoción particular (una respuesta que en sí misma tiene una función tranquilizadora) (Pág. 119)”.

Como se evidencia, se está refiriendo no solo a la actitud de la madre frente a lo que le pasa a su bebe, si no también a lo que reflexiona y/o frasea por ejemplo “ya va a pasar” “debes estar teniendo frío”, “tienes hambre seguro”, que constituyen las primeras

narraciones o reflexiones. Sin embargo, también puede darse el caso que la madre no responda o lo haga de manera incoherente o inconsistente que sería el caso de los apegos inseguros. Comenta investigaciones realizadas por los teóricos del apego, en las que se sugiere la existencia de vínculos entre estas observaciones de la vida temprana y el self narrativo de los adultos, explicándose de esta manera la forma como se da la transmisión a la siguiente generación.

Esta interacción es internalizada, y permite que el niño disponga dentro de sí mismo de un espejo reflejo interior, o un ojo interior, en el que puede o no representarse y modificarse creativamente el pensamiento emocional. La adquisición del diálogo interior implica convertirse en íntimo con uno mismo y este conocimiento de uno mismo va de la mano con el conocimiento de los demás.

Esta transmisión generacional actúa como una presencia fantasmagórica o principio organizativo alrededor del cual se produce el desarrollo psicológico. Proporciona la coherencia y forma necesarias para la aparición de la estructura psicológica; la historia puede ser buena (segura) o mala (insegura, evitativa o preocupada) pero constituye algún tipo de mapa que ayuda a su poseedor a saber quién es, de dónde viene y a dónde puede llegar. Desde todas estas reflexiones el autor plantea que la psicoterapia actúa en parte proporcionando una experiencia emocional correctiva, probablemente porque el terapeuta ofrece condiciones similares a las que subyacen a un apego seguro.

Un punto importante es que la capacidad para la función reflexiva parece ser protectora contra la vulnerabilidad psicológica ante la dificultad ambiental, por lo que gran parte del trabajo de los terapeutas es fomentar la función reflexiva de sus pacientes. Para narrar una historia sobre uno mismo en relación a los demás, es necesario que uno sea capaz de reflexionar sobre sí mismo, verse aunque sea parcialmente desde afuera y esto depende de la experiencia del reflejo materno que es la base del reflejo interior o mundo representacional cuyo establecimiento es parte de la tarea de la psicoterapia.

En el capítulo 8 Holmes aspira a “*entrelazar en una historia común el psicoanálisis contemporáneo, la investigación sobre el apego y la teoría narrativa*” (Pág. 136). Hace un deslinde con la escuela hermenéutica de psicoanálisis, que si bien se centran en la “verdad narrativa” Holmes discrepa con ellos porque distancian la psicoterapia de un diálogo con la biología evolutiva y la psicología del desarrollo que para él es algo necesario y además posible.

Nos plantea que a partir de lo presentado en el capítulo anterior, se puede entender el self como una amalgama de relaciones pasadas y presentes, y la sensación de poseerlo se dará a partir de la capacidad para modelar estas influencias en un todo coherente, añadiendo que estará siempre coloreado por los estilos de apego que haya vivido la persona.

Por lo tanto, se puede plantear que es un self autobiográfico, que requiere de ser relatado a un otro antes de poder llegar a ser uno mismo, siempre hay otro a quien el self está contando su historia. Este relato en los adultos adopta la forma de un diálogo interno, que estará íntimamente vinculado con los diferentes tipos de apego que la persona haya vivido. De aquí la idea, por ejemplo, de que uno puede ser o no una buena compañía para uno mismo.

Este diálogo para el autor se inicia cuando la madre cuenta una “historia” a la criatura, en el sentido de interpretar qué le pasa, cuando tiene frío o sueño, por ejemplo. Este acto es lo que constituye el germen de la función reflexiva de la criatura, que posteriormente se preguntará a sí misma lo que le está sucediendo, pero lo hará según el tipo de apego que este experimentando, como lo dice el autor:

“Si el cuidador es evitativo, la gama y complejidad de las historias estará limitada; si es intruso, no logrará coincidir con la experiencia de la criatura. El cuidador no solo calma al bebé, simboliza también el proceso a través del cual se restablece la calma. Posteriormente en la vida, el niño a quien le haya faltado esto puede carecer tanto de la capacidad para auto-calmarse (característico de los pacientes límites) como la habilidad para hablar, referirse o simbolizar su angustia (Pág. 144).

De todo esto se infiere la trascendencia de la narrativa en la labor terapéutica. De allí que la primera tarea de un terapeuta, consista en asistir a un paciente a relatar su historia y de las cualidades de esta, se podrá inferir el tipo de relación que establece el paciente, teniendo cada tipo de apego un estilo narrativo diferente.

La salud mental estaría, según los teóricos del apego, estrechamente vinculada con el apego seguro, a decir del autor: *“depende de una dialéctica entre la creación de la historia y la ruptura de la historia, entre la capacidad para formar una narrativa y para dispersarla a la luz de nuevas experiencias”* (Pág. 147), entendiendo que la narrativa así como puede contener, tranquilizar y calmar, también puede constreñir, controlar y distorsionar.

Concluyendo, en este capítulo el autor plantea que:

“...ha revisado el ciclo de la construcción y deconstrucción narrativa, entendida esta como un elemento central en el proceso terapéutico. Ha mostrado que la narrativa tiene sus orígenes psicobiológicos en la señalización y contingencia del reflejo maternal. Se han trazado los vínculos entre los patrones de apego infantil y los estilos narrativos adultos. Por último se ha presentado la manera en que, en psicoterapia, el psicoterapeuta modela el relato del paciente y refleja su experiencia afectiva de un modo que conduzca a una sensación de self más segura (Pág. 157)”.

Todos estos planteamientos los termina vinculando el autor en el capítulo 11, a la relación entre el dinero y psicoterapia, remarcando que el dinero equivale a seguridad, pero que la relación con el dinero en general y específicamente en la psicoterapia es también un claro indicador de los estilos de apego de las personas, y nos dice:

“...para los individuos evitativos, para quienes el dinero “no significa nada”, los tipos ambivalentes se suelen aferrar a su tesoro, mientras que las personas desorganizadas para quienes las dificultades económicas parecen inextricablemente vinculadas a sus problemas psicológicos... (Pág.200)”

El intercambio financiero, para el autor, es parte del marco de una terapia segura, semejante a la necesidad de regularidad en el tiempo y en el espacio y de coherencia en el enfoque, porque el dinero no es más que un medio de intercambio, lo cual es característico también de las relaciones humanas.

El autor termina el libro reflexionando sobre la finalización de la psicoterapia desde la perspectiva de otros autores como Winnicott, Mahler y Freud, para señalar que desde la teoría del apego, el objetivo o “finalidad” de la psicoterapia es ayudar a crear una base segura, en la realidad misma y como representación interna del paciente. Esta surge en parte de la responsividad y sintonización ofrecidas por el terapeuta; de la primera se derivan los rudimentos de la intimidad, mientras que de la segunda, la capacidad de autonomía.

De acuerdo a ello, la psicoterapia terminará cuando se llegue a una “adaptación” entre el estilo de apego del terapeuta y el del paciente. Se espera que para el final, el paciente se encuentre en mejor posesión de su propia narración y que ya no requiera del terapeuta como “asistente autobiógrafo”. Solo cuando los pacientes se sienten suficientemente seguros como para abandonar sus defensas -entendidas como los manejos compensatorios producto de apegos inseguros- pueden comenzar a progresar hacia la finalización. Por último la partida es solo posible una vez que se ha logrado desarrollar la capacidad para la intimidad y la autonomía.

Comentarios finales

Nos parece que son importantes e insoslayables los aportes que se desarrollan desde la teoría del apego al conocimiento de la infancia, de su mundo interno y de su desarrollo psicofisiológico, y en el caso de este libro de su aplicación a la psicoterapia de adultos. Es justamente por haber percibido su utilidad con determinado tipo de pacientes sobre todo con patologías de déficit en la consulta, que nos decidimos a reseñar este libro.

Encontramos varios puntos importantes de encuentro con el psicoanálisis, como la continuidad entre los patrones relacionales de la infancia y los patrones de la vida adulta, el entender que nuestras acciones y pensamientos están modelados por fuerzas de las que no tenemos conciencia y por lo tanto control, y que para ambas la explicación de las conductas externas requiere de complementarse desde sus correlatos en el mundo interno de la persona. En la técnica de trabajo también coincide con la actitud analítica, el trabajo dinámico y el manejo de la transferencia para hacer consciente las motivaciones de las conductas de los pacientes.

Pero en la trama de estas cercanías también se muestran las distancias, que giran en la teoría que las sustentan, por citar algunos, el no recurrir en el caso del apego a la meta psicología psicoanalítica, la forma como se entiende la relación del recién nacido con su entorno, uno parte del deseo y el otro de la seguridad, el inconsciente es entendido de manera diferente, el trabajo en las defensas, la forma como se constituye el self y podríamos seguir citando varias más.

Todo esto nos hace pensar que a pesar de sus deseos, el autor no llega a integrar la teoría del apego -que parte de la necesidad o búsqueda de seguridad-, con el psicoanálisis -que parte del deseo y de la fantasía-; y si bien hay teorías psicoanalíticas que generan una sensación de acercamiento, como por ejemplo plantear que la teoría del apego es una variante de la teoría de las relaciones objetales, o que está cerca de los planteamientos de psicoanalistas como Balint, Winnicott que se orientan más a lo interpersonal, y al trabajo con patologías de déficit, al final no dejan de ser solo cercanías, que como toda cercanía, siempre tiene implícita distancias y diferencias. Esta situación nos evoca al libro de Fonagy (2001) “*Teoría del apego y Psicoanálisis*” donde

hace un erudito y exhaustivo intento de establecer coincidencias entre autores psicoanalíticos y la teoría del apego, quedándose también solo en cercanías y lejanías, con coincidencias y discordancias.

¿Es un nuevo paradigma?, ¿es una nueva escuela? justamente cuando se intenta extender los planteamientos del apego a la psicoterapia de adultos donde estas preguntas se palpan con mayor claridad. Nos quedamos con la certeza de la utilidad clínica de la teoría del apego y con la incertidumbre sobre de qué estamos hablando cuando buscamos una convergencia con el psicoanálisis. La situación se complejiza más aún cuando nos damos cuenta que, como decía Wallerstein, no hay uno sino varios psicoanálisis, incertidumbre con la que por ahora solo nos queda convivir.

Referencias bibliográficas

Fonagy, P; Mendiola, M. (2001) Teoría del apego y psicoanálisis. Barcelona. Editorial SPAXS. S.A.

Riera, R. (2001) Transformaciones en mi práctica psicoanalítica: Un trayecto personal con el soporte de la teoría intersubjetiva y de la psicología del self. Aperturas psicoanalíticas N° 8 (<http://www.aperturas.org/8riera.html>)

Lic. Miguel Maldonado Pedreros, Asociación de Psicoterapia Psicoanalítica, Lima, Perú