

Reconsiderando la Sangre en el Ojo: Apego y Psicoanálisis, 2015

Reseña del artículo:

Fonagy, P., Campbell, C. (2015) Bad Blood Revisited: Attachment and Psychoanalysis, 2015. *British Journal of Psychotherapy*, 31(2)ñ 229-250

Por: Dr Nicolás Lorenzini

“Hay sangre en el ojo entre el psicoanálisis y la teoría del apego. Y como en toda rivalidad familiar, es difícil identificar dónde comenzó el problema”

(Fonagy, 2001; p. 1)

Este artículo tiene como objetivo el revisar la relación entre el psicoanálisis y la teoría del apego, tema central de un libro escrito por Peter Fonagy el año 2001. Cumpliéndose 15 años de la publicación de ese trabajo, Fonagy y Campbell reconsideran las ideas expuestas en aquel texto, considerando la teoría de la mentalización como el engranaje entre estas dos ricas teorías.

Los autores consideran que la teoría del apego se encuentra al borde de una revolución científica, en la que luego de varias décadas de trabajo científico en el tema, la inmensa cantidad de datos producida pone en tela de juicio la utilidad de las metodologías de investigación actuales.

Mucho se ha dicho sobre la convergencia entre psicoanálisis y apego. Si bien la teoría del apego surge dentro del ámbito psicoanalítico, cuestionó fuertemente las nociones kleinianas que eran populares en psicoanálisis en la mitad del siglo XX. Al mismo tiempo, otros psicoanalistas comenzaron, de manera independiente, a cuestionar las nociones omnipresentes de la fantasía interna kleiniana y de la centralidad de los impulsos pulsionales de la teoría freudiana. Los círculos psicoanalíticos de la época comenzaron a mostrar mayor to-

lerancia con ideas alternativas, tolerancia que se mantiene hasta el día de hoy. Sin embargo, si bien los nuevos avances de la época, entre ellos Winnicott, Fairbairn, Kohut and Kernberg permiten un diálogo más fluido entre psicoanálisis y apego, los psicoanalistas siempre tuvieron recatos con respecto a la naturaleza no-hermenéutica de la teoría del apego y a su epistemología positivista.

El surgimiento de teorías relacionales en psicoanálisis sin duda ha allanado el camino para que diversos psicoanalistas se interesen en la observación objetiva de los procesos que construyen el mundo social del infante.

Si tomamos las ideas de Fairbairn, que proponen que las personas estamos motivadas por la necesidad de relacionarse con otro, y no como un derivado de pulsiones relacionadas puramente una satisfacción somática, entonces nos acercamos más a la teoría del apego.

A esto se le suma el esfuerzo del psicoanálisis moderno por comprender los elementos del desarrollo de esta capacidad de relacionarse: el mirroring de Kohut, el sostenimiento de Winnicott y la contención de Bion, se suman a la teoría del apego, que explica el desarrollo de la capacidad social como consecuencia de la respuesta contingente del cuidador al bebé.



La teoría del apego también ha evolucionado con los años. La introducción del concepto de modelos de trabajo internos de Bowlby, puso a la teoría del apego fuera del espectro de teorías “sin mente”, como las teorías mecanicistas de la impronta, muy populares en etnografía, y la sitúa dentro del espectro de teorías simbólicas, donde existe un elemento mental, central al desarrollo (los modelos de trabajo internos). Este concepto amplía la teoría del apego y da cuenta de la complejidad del comportamiento humano, evitando así las críticas del psicoanálisis, que hasta entonces consideraban el apego como una teoría mecanicista, reduccionista y pavloviana.

Sin embargo, aun existen voces de escepticismo dentro de los círculos psicoanalíticos, especialmente en contra de la metodología de investigación sistemática de los fenómenos mentales. Fonagy y Target (2007) ya habían expresado que la teoría del apego esta en desventaja con respecto al psicoanálisis en que la primera desconoce la influencia de la sexualidad, ve a la agresión como una motivación secundaria, es pobre en su conceptualización de la fantasía inconciente, ofrece modelos mecanicistas del conflicto psíquico, se basa en un reducido número de instrumentos de evaluación de donde obtiene todos sus insights (particularmente la Situación Extraña y la Entrevista de Apego Adulto), clasificando a las personas en categorías amplias que pierden la sutileza de las diferencias individuales y en suma, entrega herramientas clínicas limitadas. Sin embargo, bajo mayor escrutinio, estas críticas son superficiales. Bowlby y otros teóricos del apego se han interesado en la forma en que defensas en contra de los traumas que implica la separación estructuran la personalidad, dándole preeminencia al inconciente dinámico.

Ahora bien, es justo decir que la teoría del apego descuida las diferencias cualitativas entre el conciente, inconciente y preconciente, y la respectiva cosmovisión de una mente en

guerra consigo misma. La teoría del apego falla en reconocer las diversas capas de la experiencia subjetiva, concentrándose solamente en el nivel del self y del self en relación con el otro.

En la actualidad, la gran acumulación de datos empíricos contradictorios obtenidos por los científicos del apego nos muestra, según Fonagy, que la teoría del apego necesita una ampliación, y que en la realidad concreta es muy difícil encontrar tipos puros de apego. Se necesita mayor complejidad. Así por ejemplo, estudios empíricos han mostrado que el apego adulto no está necesariamente relacionado con el apego infantil, sino que existen poderosas fuerzas que actúan durante la adolescencia (en la adolescencia el apego responde a influencias genéticas mucho más que durante la infancia, como descubrió Pasco Fearon en 2014). El psicoanálisis tenía razón desde el comienzo: el apego no lo explica todo. Hay muchas particularidades que necesitan ser estudiadas: los genes, el ambiente social extendido, la influencia de condiciones socio-económicas, etc.

En la actualidad, los científicos del apego han retornado a las técnicas observacionales, dudando del poder explicativo de la Situación Extraña y de la Entrevista de Apego adulto. Estas técnicas se parecen mucho más alas técnicas de investigación psicoanalítica de hace unas décadas, desarrolladas por Stern y Emde.

Por ejemplo Beebe et al. (2010; 2012) han descubierto que factores interpersonales son predictores más poderosos del desarrollo del apego que los factores intrapersonales. Más que la respuesta contingente del cuidador, lo que predice el apego del infante es la capacidad de madre de regular sus propios comportamientos, y los intentos del infante de regular sus emociones.

El psicoanálisis no está libre de la necesidad del cambio. Si bien la rigidez psicoanalítica de la mitad del siglo XX se ha convertido en una tolerante aceptación de multiplicidad de



ideas acerca del funcionamiento mental, esta misma multiplicidad implica que ninguna escuela psicoanalítica puede decir con certeza como y porqué el psicoanálisis es mutativo. Esto sumado a la evidencia empírica resumida bajo el título del "Veredicto del pájaro Dodo" ([ver número II de esta revista](#)), que nos muestra que todas las psicoterapias tienen resultados similares y que no hay ninguna mejor que la otra. En este punto es donde tenemos que situar la contribución del concepto de mentalización.

Considerando que la historia humana ha resultado en complejos sistemas sociales y de conocimiento, es que necesitamos un sistema de comunicación más complejo que otras especies. Hay mucho de la experiencia humana que no puede ser codificado en lo instintivo o biológicamente determinado. Por esa razón es como se ha visto evolucionar al ser humano en el sentido de una prolongación de la infancia y la indefensión de la cría humana (mas larga que en cualquier otro mamífero), así como la emergencia de una parentalidad más intensiva. Es en este contexto, el contexto del apego, donde capacidades cognitivas complejas son desarrolladas, notablemente la capacidad de mentalizar. El apego seguro permite al infante humano desarrollar la capacidad de tener la mente del otro en la propia mente, pues el cuidador ha sido a su vez capaz de contener la mente del infante, y de reflejarla.

El apego seguro también facilita el desarrollo de la confianza epistémica, esencial para el aprendizaje de diversas complejidades del mundo humano, que esta en constante cambio.

Este nuevo paso en la teorización de la mentalización puede ser explicado así: la evolución humana necesita la transmisión de información cada vez más compleja: debemos aprender que es lo que significa estar triste, y también debemos aprender como funciona un horno de microondas. Y cada generación humana se ve enfrentada a nuevas herramientas,

a nuevas situaciones sociales, etc. El mecanismo por el cual este aprendizaje social es obtenido, es llamado aquí "confianza epistémica". Para aprender la gran cantidad de cosas que un humano debe saber para vivir en el mundo, necesita una fuente confiable de información. Pero esta necesidad esta con conflicto con otra: la necesidad de no ser engañado y de auto-protegerse. La necesidad de aprender debe, a momentos superar la necesidad de protegerse y no creer. Es así como los humanos hemos desarrollado un mecanismo de Pedagogía Natural (que es el nombre de la teoría de Gergely y Csibra, 2009; 2011). Esta teoría postula que los humanos hemos elaborado un sistema para aprender de otros y enseñar a otros. Nuestro sistema para aprender y enseñar es exclusivo de nuestra especie, y es capaz de transmitir conocimientos que no son en absoluto obvios, y nos permite además generalizarlos.

Este sistema funciona dentro de una relación de apego, pues el apego va más allá de asegurar la supervivencia física del infante. Entre las cosas que se aprenden a través de este sistema es la naturaleza de la subjetividad y el funcionamiento simbólico de la mente humana. Para Fonagy, la ventaja evolutiva más importante de las relaciones de apego es la oportunidad que da al infante humano para desarrollar conocimiento social. Para una descripción mas acabada de los procesos de la pedagogía natural y la confianza epistémica, recomendamos revisar el numero II de esta revista. Podemos decir aquí que los seres humanos aprendemos más de otro cuando este otro nos trata como agentes, como poseedores de una mente intencional. No sólo aprendemos más, sino que somos más capaces de generalizar el conocimiento así adquirido. El otro nos comunica que nos ve como agentes cuando utiliza mecanismos comunicativos llamados "señales ostensivas", también explicadas en el número II de esta revista. Dado que la señal ostensiva mas importante en la



relación diádica con el infante es la respuesta contingente del cuidador, y que tal comportamiento también facilita el desarrollo de apego seguro, podemos decir que estas señales tienen un resultado doble: el establecimiento de un ambiente confianza y seguridad, y la facilitación del aprendizaje y la exploración, desarrollos que Bowlby vio como dos rasgos separados del desarrollo. Pero son una misma cosa, el apego y la seguridad implican una apertura al conocimiento, y eso puede explicar como niños con apego seguro aprenden más rápidamente.

Si mentalizar al otro significa actuar en concordancia con el estado mental de ese otro, entonces el mentalizar en si mismo es una señal ostensiva, y por lo tanto es capaz de fomentar el desarrollo de la confianza epistémica, es decir, una disposición a aceptar nuevos conocimientos como confiables, generalizables y relevantes. Este actuar contingente y empático de la mentalización permite reintegrar los conceptos de sexualidad y agresión a la teoría del apego: durante el desarrollo, la sexualidad y la agresión son los comportamientos infantiles que menos mentalizan los cuidadores. De ahí que la sexualidad y la agresión sean estados intencionales difícilmente integrados, ajeno (*alien*), y susceptibles de puestas en acto.

Estas ideas nos permiten entender que el apego inseguro no refleja necesariamente un fracaso de los padres de promover la seguridad en el infante, sino una solución *adaptativa*, a un ambiente social particular. No es difícil imaginar situaciones donde un estilo evitativo de apego puede ser más adaptativo que un estilo seguro. De esto se puede extrapolar que incluso trastornos graves de personalidad, como el trastorno límite (TLP), son en general respuestas adaptativas a un ambiente agresivo, donde hay que mantener constante vigilancia en las posibles señales de abandono.

La primera implicación clínica de estas ideas tiene que ver, según Fonagy, con la for-

ma en que conceptualizamos la psicopatología y la comorbilidad. Es curioso que no exista evidencia de la conexión de un estilo particular de apego inseguro y una psicopatología en particular. También es curioso que la forma en que se conceptualiza la psicopatología (entidades sindromáticas discretas) no resiste un análisis del ciclo vital, pues vemos que a lo largo de la vida las manifestaciones psicopatológicas van cambiando, y muy pocas veces corresponden a un trastorno discreto del tipo DSM.

Estos hechos curiosos cobran sentido en los recientes trabajos de Caspi (2013), quien descubrió, a través de procedimientos estadísticos, que existe un solo factor predictivo de todas las psicopatologías. Le llamó el *factor p*. ¿Qué es lo que mide ese *factor p*?

Fonagy y Campbell concluyen que el factor *p* es una medida de confianza epistémica. Debiésemos esperar que un paciente con un alto factor *p* será más difícil de comprometer en terapia, abandonará muchas intervenciones y en general, mostrará más reacciones desadaptativas. Estos pacientes necesitan intervenciones a largo plazo que sean ricas en señales ostensivas, como una forma de fomentar y reparar la confianza epistémica.

Entonces un cuadro de personalidad grave, como el TLP, puede ser definido como una forma rígida de desconfianza epistémica que implica una falla en el acceso a la comunicación cultural. El paciente límite simplemente no confía en quienes intentan ayudarlo.

La segunda implicación es claramente técnica. El tratamiento, en este caso del TLP, se puede entender como un proceso de crear y promover la confianza epistémica del paciente. La psicoterapia es un (re)aprendizaje social, que debe ser sustentado en el ambiente extraterapéutico del paciente. Esto se relaciona con el veredicto del pájaro Dodo, en tanto que si observamos con detención, el fomentar la confianza epistémica es un factor común a todas las psicoterapias.



El proceso que sigue, entonces, una psicoterapia efectiva se puede resumir en tres momentos:

1. *La comunicación de contenidos.* La primera etapa de cualquier psicoterapia efectiva implica la comunicación al paciente de una formulación de su estado psicopatológico en palabras que resultan empáticas, coherentes y plausibles. La forma y el léxico en que esta formulación es dada al paciente varía según la teoría, pero es esencial que al paciente le parezca subjetivamente relevante. Eso engendra una experiencia en el paciente, de ser entendido como un agente intencional por el terapeuta. Para arribar a la formulación, paciente y terapeuta han mantenido un diálogo en que el terapeuta usa infinidad de señales ostensivas. Si bien el contenido de la formulación entregada al paciente puede ser muy valioso, lo central es lograr en el paciente una sensación de haber sido reconocido por el terapeuta. Esto implicaría una relajación de la desconfianza epistémica.

2. *La re-emergencia de la mentalización adecuada.* Al crear este ambiente de reconocimiento y de seguridad en la relación terapéutica, el paciente comienza a sentirse lo

suficientemente seguro como para reaprender cómo mentalizar, y las sesiones se convierten entonces en un campo de entrenamiento para la mentalización, donde equivocarse no tendría mayores consecuencias. Sin embargo **la mentalización no es elemento mutativo de la psicoterapia.** La mejora en las capacidades mentalizadoras permite al paciente aprender del mundo social ampliado, fuera de la terapia.

3. *La re-emergencia del aprendizaje social más allá del encuadre terapéutico.* Una mejor capacidad de mentalización hasta aquí obtenida, idealmente traerá aparejada mejoras en las relaciones personales más allá de la sesión. Si el ambiente extraterapéutico es benevolente, entonces el quiebre de la desconfianza epistémica con la cual se entendía y valoraba el mundo, implicará una acumulación por parte del paciente, de experiencias benignas de contacto social, lo que fomentará la cura. Es importante notar como Fonagy y Campbell otorgan una importancia central al ambiente psicoterapéutico o a la capacidad del paciente de elegir mejores ambientes y de abandonar ambientes sociales dañinos.

Referencias:

- Beebe, B., Jaffe, J., Markese, S., Buck, K., Chen, H., Cohen, P., Bahrck, L., Andrews, H. & Feldstein, S. (2010) The origins of 12-month attachment: A microanalysis of 4-month mother-infant interaction. *Attachment and Human Development* 12: 3-141.
- Beebe, B., Lachmann, F., Markese, S. & Bahrck, L. (2012) On the origins of disorganized attachment and internal working models: Paper I. A dyadic systems approach. *Psychoanalytic Dialogues* 22: 253-72.
- Caspi, A., Houts, R.M., Belsky, D.W., Goldman-Mellor, S.J., Harrington, H., Israel, S., Meier, M.H., Ramrakha, S., Shalev, I., Poulton, R. & Moffitt, T.E. (2013) The p factor: One general psychopathology factor in the structure of psychiatric disorders? *Clinical Psychological Science* 2: 119-37.
- Csibra, G. & Gergely, G. (2009) Natural pedagogy. *Trends in Cognitive Sciences* 13: 148-53.
- Csibra, G. & Gergely, G. (2011) Natural pedagogy as evolutionary adaptation. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences* 366: 1149-57.
- Fearon, P., Shmueli-Goetz, Y., Viding, E., Fonagy, P. & Plomin, R. (2014) Genetic and environmental influences on adolescent attachment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 55: 1033-41.
- Fonagy, P. (2001) *Attachment Theory and Psychoanalysis*. New York: Other Press.



Fonagy, P. & Target, M. (2007b) The rooting of the mind in the body: New links between attachment theory and psychoanalytic thought. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 55: 411–56.

